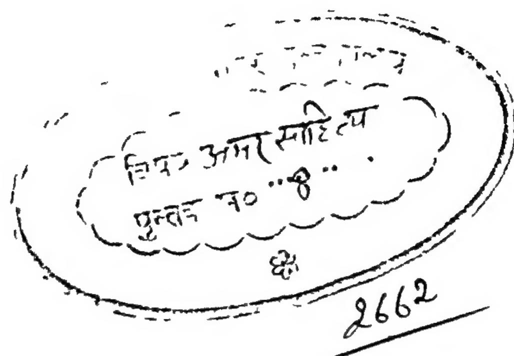
सन्मति साहित्य रत्नमाला का १० वाँ रत्न

# आदर्श कन्या


विषय अमर साहित्य
पुस्तक नं० ...४...
2662

लेखक,

कविरत्न उपाध्याय मुनिश्री अमरचन्द्र जी म०

सन्मति ज्ञान पीठ आगरा

प्रकाशक
सन्मति ज्ञान-पीठ
लोहा मन्डी, आगरा

द्वितीय बार : १९५१
मूल्य
बारह आने

मुद्रक
जगदीशप्रसाद एम० ए०, बी० कॉम
एज्यूकेशनल प्रेस, आगरा

# विषय-सूची

स्वतंत्र भारत

की

स्वतंत्र पुत्रियों

को

# दो शब्द

भारतीय संस्कृति में, नारी जाति का गौरव पूर्ण स्थान रहा है। जीवन के प्रत्येक क्षेत्र मे, नारी ने अपनी महिमा को अक्षुण्ण रखा है। प्राचीन भारतीय साहित्य में, स्थान-स्थान पर नारी जाति की गुण-गरिमा के गीत अङ्कित मिलते हैं। नारी जाति की मान प्रतिष्ठा पुरुष से किसी भी भाँति कम नहीं आँकनी चाहिए।

उपाध्याय पं० मुनि श्री अमरचन्द्रजी म० की लेखनी से समाज सुपरिचित है। आपकी ओर से गद्य और पद्य दोनों ही प्रकार के सुन्दर ग्रन्थ जनता के हाथों मे पहुँचे हैं। जिन में 'सामायिकसूत्र ''सत्य-हरिश्चन्द्र' और 'धर्मवीर सुदर्शन, आदि कुछ ऐसे उल्लेखनीय ग्रन्थ हैं, जो साधारण जनता के साथ-साथ विद्वद्वर्ग मे भी आदरणीय हुए हैं।

उपाध्याय श्री ने प्रस्तुत 'आदर्श कन्या' में ऐसे निबन्धों की रचना की है, जिस से नारी जाति अपने महत्व को समझे। प्रस्तुत पुस्तक नारी जाति के सम्बन्ध में बहुत ही उच्च विचार उपस्थित करती है। महाराज श्री ने इस से प्रथम छोटी बालिकाओं के लिए 'कन्या शिक्षा' चार भाग लिख कर बड़ा उपकार किया है। और अब उच्च शिक्षा के लिए यह 'आदर्श कन्या' प्रस्तुत की जा रही है। इस पुस्तक से नारी जाति को और विशेषत: बालिकाओं को अपने जीवन के महत्व को आँकने के लिए, एक नया प्रकाश मिलेगा।

रतनलाल जैन
मन्त्री—सन्मति ज्ञान पीठ, आगरा.

# आदर्श कन्या

: १ :

# शुभ विचार

मानव-जीवन के निर्माण में विचारों का बहुत बड़ा स्थान है। मनुष्य अपने विचार से ही ऊँचा उठता है, और अपने विचार से ही नीचे गिरता है। कौन मनुष्य कैसा है ? यह उस के बाह्य रंग,रूप और जाति आदि से न आँको,प्रत्युत उसके मन के अन्दर उठने वाले विचारों से आँको। मनुष्य जितने भी काम करता है, उन सबके मूल में पहले विचार ही उत्पन्न होते हैं। मनुष्य का जैसा विचार होता है, वैसाही उसका काम भी होता है। संसार मे जितने भी काम हैं, उन सबका बीज विचार है।

विचारों की शक्ति, भाप और बिजली की शक्ति से भी विराट है। आपको पता होगा, इस द्वितीय विश्व युद्ध में परमाणु की शक्ति को बहुत बड़ा महत्व मिला है। इसके लिए जापान पर गिराये गए परमाणु बम का उदाहरण सुप्रसिद्ध है ! परन्तु विचारों की शक्ति के सामने तो परमाणु बम की शक्ति भी फीकी पड़ जाती है। आखिर परमाणु बम की शक्ति का पता भी किसने लगाया ? मनुष्य की विचार-शक्ति ही ने तो।

अच्छा, तो यह सिद्ध हो गया कि विचारों की शक्ति बहुत बड़ी है। मनुष्य को अपनी इस महान् शक्ति पर बहुत अधिक ध्यान रखने की आवश्यकता है। जिस प्रकार संसार में प्राप्त की जाने वाली कोई भी शक्ति, भलाई और बुराई दोनों में प्रयुक्त की जा सकती है, उसी प्रकार विचार भी दोनों ओर अपना काम करते हैं। विचार दोनों तरह के होते हैं, भले भी और बुरे भी। भले विचार, मनुष्य को ऊँचा उठाते हैं,और बुरे विचार, नीचे गिराते हैं। इसलिए उन्नति पथ के यात्री प्रत्येक

स्त्री तथा पुरुष का कर्तव्य है कि वह अपने मन में निरंतर भले विचारों का संग्रह करे।

पुत्रियो, तुम भी अपने विचारों पर नियंत्रण रक्खो। विचारों की प्रबल शक्ति को व्यर्थ ही बर्बाद न करो। जब भी हो, अच्छे विचारों को अपने मन में स्थान दो और बुरे विचारों को जरा सी देर के लिए भी अपने पास न फटकने दो। दया, सत्य, शील, संयम, दान, परोपकार, प्रेम, विनय, कोमलता आदि के विचार शुभ विचार हैं। इन विचारों से चिरकाल की सोई हुई मानवता जाग उठती है। इसके विपरीत झूठ, असंयम, निर्दयता, लोभ, ईर्षा, डाह, कलह, निन्दा आदि के विचार अशुभ विचार हैं। इनसे मानवता की उच्च भूमिका नष्ट होकर पशुता की नीच भूमिका आ जाती है। तुम्हें मानवता की ओर ध्यान देना चाहिए।

विचारों में दृढ़ता का होना भी अत्यन्त आवश्यक है। जिन विचारों के मूल में कोई बलवती प्रेरणा नहीं होती वे विचार कितने ही क्यों न शुभ हों, तथापि निर्जीव विचार होते हैं। इस प्रकार के दुर्बल विचार व्यर्थ ही मन में चक्कर लगाया करते हैं, फलतः समय का अपव्यय करते हैं। उनसे जीवन का निर्माण नहीं हो सकता, अतः जो भी शुभ काम करो, पहले अपना एक निश्चित लक्ष्य स्थिर करलो। फिर उसी पर अपनी सारी शक्ति लगा दो। जीवन समर भूमि है। यहाँ प्रत्येक शुभ कार्य में विघ्न बाधाएँ आती हैं, बड़ी-बड़ी कठिनाइयाँ झेलनी पड़ती हैं, बड़ी-बड़ी रुकावटें आकर उपस्थित होती हैं। ढीले और अनिश्चित विचार का साधक बीच में ही भाग खड़ा होता है। परन्तु जो दृढ़ है, अपना लक्ष्य स्थिर करके चला है, वह वापस नहीं लौटता, अपने लक्ष्य पर पहुँच कर ही दम लेता है।

भारत की प्राचीन देवियों को तुम जानती हो? महारानी

सीता का जीवन तुमने पढ़ा है ? जिस समय महारानी सीता जी ने अपने पति महाराजा रामचन्द्र जी के साथ भयानक वन में जाने का दृढ़ संकल्प कर लिया था, उस समय उनको वन की कितनी ही भयंकर यातनाएँ बतलाईं, परन्तु वे अपने निश्चित संकल्प से अणुमात्र भी विचलित न हुईं। वन में गईं, भीषण संकट सहे, अधिक क्या राक्षसराज रावण की कैद में भी रहीं, पर क्या मजाल जो मनमें जरा भी क्षोभ होजाय, सत्य से पतित होजाय। उन्हों ने अपने विचारों को बहुत दृढ़ कर लिया था और यह निश्चय कर लिया था कि चाहे प्राण भले ही चले जायँ, परन्तु मैं अपने उद्देश्य से कथमपि विचलित नहीं होऊँगी। हाँ, तो तुम भी सीता के ही पवित्र देश की लाडली सुपुत्रियाँ हो। अतः तुम्हें भी अपने शुभ विचारों में पूर्ण दृढ़ता का भाव रखना चाहिए। आजकल तुम विद्या पढ़ रही हो, अस्तु इसी के लिए निश्चित शुभ संकल्प करो कि चाहे कुछ भी कैसी भी स्थिति क्यों न हो, इस विद्या के अध्ययन में कभी भी पीछे नहीं हटेंगीं, अन्तिम सीमा पर पहुँच कर ही विश्राम लेंगी। यह ही नहीं, भविष्य में भी जो जो सत्कार्य हों, अपना और पर का कल्याण करने वाले काम हों, उन सब के लिए संकल्प की पूर्ण दृढ़ता अपनी भावना में रक्खो। देखना, कहीं साहस बीच मे ही न भंग हो जाय।

अब प्रश्न यह है कि शुभ विचार प्राप्त कैसे किए जायँ ? शुभ विचार, उत्तम संगति से और उत्तम पुस्तके पढ़ने से प्राप्त होते हैं। मनुष्य जैसी संगति में रहता है, वैसे ही उसके विचार होते हैं। फिर वह संगति, चाहे मनुष्यों की हो, चाहे पुस्तकों की।

अपने विचारो को पवित्र और उत्तम बनाने के लिए सदा सच्चरित्र सुशील कन्याओं के साथ रहो। जब कभी अवसर मिले,

घर की बड़ी बूढ़ी स्त्रियों के पास बैठकर उनसे उत्तम शिक्षाएँ लो। गाँव में जब कभी गुरुदेव आजाएँ तो उनके व्याख्यान आदि से भी लाभ उठाओ। जब कभी साध्वी जी महाराज आएँ तो यथावसर उनके पास भी जाओ और जैन शास्त्रों की जानकारी प्राप्त करो। इसके विपरीत बुरे स्वभाव वाली आचरणहीन लड़कियों से बचो और जो स्त्रियाँ झगड़ालू एवं निन्दा बुराई करने वाली हों, उन से भी दूर रहो। साधुपने के वेष में फिरने वाले पाखण्डी पुरुषों से भी सावधान रहो। पता नहीं, कब बुरी संगति से बुरे विचार तुम्हारे मनमें घिर आएँ? एक बार भी बुरे विचार आगए, तो भले विचारों को दबा लेंगे, खराब कर देंगे, और सदा के लिए अपना आसन जमा लेंगे। तुमने कभी देखा होगा—थोड़ी सी खटाई भी बहुत सारे उत्तम दूध को फाड़ डालती है। सदैव भली संगति में रहने से ही मनुष्य के विचार अच्छे और पवित्र होते हैं।

शुभ विचारों को प्राप्त करने का दूसरा साधन अच्छी पुस्तकें हैं। उत्ताम पुस्तकें जीवन में बहुत बड़ा ज्ञान का प्रकाश देती है। पुस्तकें, मूक अध्यापिकाएँ हैं, जो न कभी मारती है, न कभी झिड़कती हैं, न कभी झुंझलाती है और चुपचाप अच्छी-अच्छी शिक्षाएँ देती रहती हैं। पुत्रियो, तुम अच्छी चुनी हुई पुस्तकों को भी अपनी सहेली बनाओ। जब कभी समय मिले, कोई अच्छा सा किसी सती का जीवन चरित्र, तीर्थंकरों का जीवन चरित्र, सन्तों का धर्मोपदेश आदि लेकर बैठ जाओ, तुम्हें अवश्य ही कुछ न कुछ शुभ विचारों का प्रकाश मिलेगा। अच्छी-अच्छी पुस्तकों में से अच्छी-अच्छी बातें निकालो और उनका अभ्यास करो, तुम्हारा जीवन अवश्य ही उन्नत हो जायगा, पवित्र हो जायगा, मंगलमय हो जायगा।

: २ :

# सत्य

संसार में सत्य की बड़ी महिमा है। झूठ के बराबर कोई पाप नहीं है और सत्य के बराबर कोई धर्म नहीं है। एक सन्त ने कहा है कि जिस के हृदय मे सत्य होता है, उस के हृदय में परमात्मा का निवास होता है। "जा के हृदय साँच है, ताके हृदय आप।"

जैन धर्म मे तो सत्य को बहुत ऊँचा महत्त्व दिया गया है। भगवान महावीर ने कहा है—"वस्तुतः सच्चा भगवान, सत्य ही है।" भगवान का कहना सर्वथा सत्य है। सत्य के द्वारा ही मनुष्य भगवान बनता है। अस्तु, सत्य वह भगवान है, जो अपने उपासकों को भगवान बनाता है। आचारांग सूत्र में कहा है कि—"जो साधक, सत्य की आज्ञा से चलता है, वह मृत्यु पर विजय प्राप्त कर लेता है।" मृत्यु पर विजय प्राप्त करना ही भगवान् होना है।

हां, तो सत्य बहुत महत्त्व की चीज़ है। तुम जानती हो, सत्य किसे कहते हैं? जैसा देखने में अथवा सुनने में आए, वैसा ही कहना सत्य है। जो बात जैसी हो वैसी ही कहनी चाहिए। अपनी ओर से रंग लगाना कभी ठीक नहीं होता। यदि तुम भली और सुघड़ लड़की होना चाहती हो तो तुम्हें हमेशा सत्य बोलना चाहिए।

सत्य बोलने से आत्मा सदा प्रसन्न रहती है। सत्य-साधक के चित्त मे किसी प्रकार की मलिनता और दुःख नहीं होता। सत्य बोलने से मुख पर अपूर्व तेज चमकता है, और आस पास

के सब लोगों में विश्वास भी बढ़ता है। संसार के जितने भी काम हैं, सब परस्पर के विश्वास से ही चलते हैं। जिसने जनता से विश्वास पाया, उसने सब कुछ पाया। सत्य बोलने वाले की सब जगह प्रतिष्ठा होती है, उसका कोई भी काम कभी रुकता नहीं।

प्यारी कन्याओ, तुम सदा सत्य बोला करो। जो लड़कियाँ झूठ बोलने वाली होती हैं, उन का कोई विश्वास नहीं करता। सब लोग उन को घृणा की दृष्टि से देखते हैं। और जो कन्याएँ सत्य बोलती हैं, उनका माता पिता आदि बडे भी विश्वास करते हैं, साथ की सहेलियों में भी उन को सम्मान मिलता है, पास पड़ोस के सब स्त्री पुरुष उनकी प्रशंसा करते हैं और उन से दूसरी छोटी लड़कियों को भी शिक्षा मिलती है। यदि कभी तुम से कोई भूल हो जाय, कोई चीज़ टूट फूट जाय, खराब हो जाय, तो तुम अपने माता पिता आदि बड़ों के पूछने पर झूठ बोल कर बचने का प्रयत्न न करो। जो बात हो, सच कह दो। अपराध सब से होते हैं, परन्तु झूठ बोल कर अपने किये हुए अपराध को छुपाना, या किसी दूसरे के नाम लगा देना, दूसरा बड़ा अपराध हो जाता है।

झूठ बोलने से यदि एक बार अपराध छिप भी गया, तो क्या होगा? दुबारा फ़िर अपराध करने का साहस होगा। और इस प्रकार धीरे-धीरे झूठ बोलने का अभ्यास बढ़ता जायगा। ज्यों-ज्यों झूठ बोलने का अभ्यास बढ़ेगा, त्यों-त्यों जनता में साख गिरती चली जायगी। फिर वह चाहे कभी सच भी बोले, परन्तु उसका सच भी झूठ ही समझा जायगा। मनुष्य की तो मोती की सी आब है, एक बार गई सो गई।

तुमने झूठ बोलने वाले गड़रिये की कहानी सुनी होगी? जब वह लड़का जंगल में भेड़ें चराने जाता, तो लोगों से हँसी दिल्लगी

करने के लिए झूठ-मूठ ही चिल्ला उठता था—"लोगो, दौड़ो-दौड़ो । भेड़िया आगया है, बचाओ-बचाओ ।" आस पास के खेतों में काम करने वाले किसान दौड़ भाग कर पहुँचते और वह खिल-खिला कर हँस पड़ता । इस प्रकार कितनी ही बार किसानों को परेशान किया । एक दिन सचमुच ही भेड़िया आ गया । वह चिल्लाता रहा, परन्तु लोग झूठ समझ कर न आए । झूठ के कारण व्यर्थ ही जिन्दगी से हाथ धो बैठा । यह कहानी शिक्षा देती है कि झूठ बोलना कितना खराब है । झूठ बोल कर जरा भी देर के लिए अपना काम बना भी लिया, तो क्या होगा ? काठ की हंडिया आग पर बार-बार नहीं चढ़ती । झूठ बहुत कम जिन्दा रहता है । सत्य ही अजर अमर है । जिस के पास सत्य है, उसे किस बात का भय है ? सत्य साक्षात् भगवान् है ।

: ३ :

# विनय

विनय का अर्थ, बड़ों का आदर करना है। परन्तु विनय का संकुचित अर्थ न कर, जरा व्यापक अर्थ करें, तो 'नम्रता' है। नम्रता मनुष्य का बड़ा ऊँचा गुण है। और नारी जाति के लिए तो यह बहुत ही आवश्यक गुण है। जो नारी विनीत होती है, नम्र होती है, वह सचमुच स्वर्ग की देवी है। वह जहाँ भी रहेगी, नरक जैसे घर को स्वर्ग बना देगी।

नम्र व्यवहार और नम्र वचन किसको प्रिय नहीं? नम्रता से शत्रु भी मित्र बन जाते हैं। पुराने इतिहासों से जाना गया है कि नम्रता के द्वारा बड़े से बड़े क्रूर और झगड़ालू मनुष्य भी अनायास ही वश में कर लिए गए हैं। नम्र स्वभाव की स्त्री घर-भर में अपना शासन चलाती है और सबको प्रसन्न भी रखती है। सब परिवार उसके कहने में चलता है। नम्रता, जादू का सा असर रखती है।

अभिमान, बड़ी भयङ्कर चीज है। अपने को धनी, सुन्दर, चतुर और गुणी समझना अभिमान है, और यह सारे परिवार के सुखमय जीवन को चौपट कर देता है। कन्याओं का कर्तव्य है कि वे अपने आपको अभिमान के रोग से बचाएँ। अभिमान करने वाली लड़कियाँ हमेशा तनी रहती हैं, मुँह फुलाए रहती हैं, किसी से सीधे मुँह बोलती भी नहीं। अभिमानिनी लड़कियाँ किसी से भी अपना मधुर और स्नेह सम्बन्ध नहीं रख सकतीं। यह समझना कि मैं अभिमान के दबाव से सबको दबा लूँगी, बिल्कुल भूल है। आजकल किसी पर किसी का घमंड न...

सकता। और तो क्या, नौकर चाकर भी व्यर्थ का अभिमान सहन नहीं कर सकते।

बहुत से स्त्री पुरुष समझते हैं कि—"घर के नौकर और नौकरानी पर तो कठोर शासन करना ही चाहिए। अन्यथा वे ठीक-ठीक काम नहीं करेंगे।" यह ठीक है कि नौकरों के साथ जरा गम्भीरता से काम लेना चाहिए। परन्तु गम्भीरता और चीज है और लड़ना झगड़ना दूसरी चीज है। बुद्धिमती और तेजस्वी गृह देवियाँ उग्र शब्दों का प्रयोग किए बिना ही जैसा अच्छा गृहशासन कर सकती हैं, उतना बात-बात पर लड़ने झगड़ने और विवाद करने वाली स्त्रियों से नहीं हो सकता। दास दासियों के साथ भी उनकी योग्यता के अनुकूल उचित नम्र व्यवहार ही होना चाहिए। नम्रता सब जगह अपनापन पैदा करती है।

मैं आप कन्याओं को जो यह नम्रता का उपदेश दे रहा हूँ, इसका यह अर्थ नहीं कि तुम नम्रता करते-करते कायर और बुजदिल बनजाओ। नम्रता कायरता में बड़ा भारी अन्तर है। कभी-कभी आपत्ति के समय स्त्रियों को उग्रभाव भी धारण करना पड़ता है। जब किसी दुराचारी और अशिष्ट गुण्डे से पाला पड़े, तो वहाँ आत्म सम्मान की रक्षा के लिए उग्रता से काम लेना चाहिए। जैनधर्म अहिंसा और दया का बहुत बड़ा पुजारी है। वह जीवन में नम्रता और कोमलता को बहुत महत्त्व देता है। परन्तु वह यह कभी नहीं कहता कि "कोई भी स्त्री, दुराचारी और असभ्य गुण्डों के साथ भी नम्रता का ही व्यवहार करे, उनकी आजिजी करे।" विपत्ति के समय गुण्डों को उग्रता से दण्ड देना चाहिए, और ऐसा दण्ड देना चाहिए कि वे सदा के लिए सावधान हो जायँ, फिर कभी किसी स्त्री से अनुचित हरकत न करे।

भारत का गौरव, नारी जाति पर अवलम्बित है। हमारे देश की कन्याएँ, जब एक साथ ही लक्ष्मी, सरस्वती और दुर्गा का रूप धारण करेंगी, तभी देश का कल्याण होगा। भारतीय कन्याएँ नम्रता के क्षेत्र में इतनी नम्र हों कि घर और बाहर सर्वत्र उनकी कोमलता की सुगन्ध फैल जाय। और समय पर गुण्डों के सामने इतनी कठोर हों कि—अत्याचार और दुराचार थर-थर काँपने लगे। नम्रता और वीरता का यह मधुर मिश्रण ही भारतीय नारी जाति का युग-युग कल्याण करेगा।

---

: ४ :

## समय की परख

समय अनमोल वस्तु है। संसार की अन्य सब वस्तुओं का मोल आँका जा सकता है, परन्तु आज तक समय का मोल न कभी हुआ है, और न कभी भविष्य में होगा ही। समय का मूल्य तो तब होता, जब कि वह किसी दूसरे पदार्थ के बदले में मिल सकता होता।

समय का प्रवाह अविराम गति से बह रहा है। वह एक क्षण के लिए भी नहीं रुक सकता। संसार में अनेक शक्तिशाली महापुरुष हो गये हैं, परन्तु ऐसा कोई नहीं हुआ, जिसने समय को स्थिर रक्खा हो, रोके रक्खा हो, जाने न दिया हो। भगवान महावीर का जब पावापुर में निर्वाण हो रहा था तो स्वर्ग के इन्द्र ने कहा था—"भगवन् कुछ देर के लिए जीवन बढ़ा लीजिए। आप की आयु के क्षण गुजर रहे हैं, इन्हें जरा सी देर के लिए रोक लीजिए।" भगवान ने उत्तर दिया था—"देवराज, यह असंभव है। समय की गति को रोका नहीं जा सकता। जीवन समाप्त होने को है, मैं उसे नहीं बढ़ा सकता, नहीं बचा सकता। मैं क्या, संसार का कोई भी शक्तिशाली पुरुष यह असंभव काम नहीं कर सकता।" वस्तुतः भगवान महावीर का कहना पूर्ण सत्य है। समय क्या है और वह कैसे जाता है, इसका पता मृत्यु समय पर लगता है। उस समय संसार की सारी सामग्री और धन देने पर भी एक क्षण बचाया नहीं जा सकता, रोका नहीं जा सकता।

हाँ तो समय अनमोल वस्तु है, इससे जितना भी लाभ

उठाया जा सके, उठा लो। समय रुक नहीं सकता है, वह चला जायगा। जो लाभ उससे उठा लिया जायगा, वही हाथ में बच रहेगा। भगवान महावीर कहते हैं—"जो दिन रात गुज़रते जा रहे हैं, वे कभी वापस लौटकर नहीं आ सकते। परन्तु जो सत्कार्य करता है, धर्माराधन करता है, उसका वह समय सफल हो जाता है। इसके विपरीत जिसने अधर्म किया है, समय को योंही व्यर्थ के कार्यों में खर्च किया है, उसका वह समय निष्फल हो गया है।"

तुम अभी लड़की हो, अतएव मन लगा कर विद्या पढ़ो। खेल-कूद में समय नष्ट करना मूर्खता होगी। अब तुम पढ़ लोगी, तो भविष्य में तुम्हारे काम आयगा। अन्यथा जीवन भर का पछतावा रहेगा। यदि तुम फिर चाहोगी कि पढ़लें, तो नहीं पढ़ा जायगा। गया हुआ बचपन, कहीं लौट कर आता है ? पढ़ने के लिए बचपन के समय से बढ़ कर दूसरा कोई सुन्दर समय नहीं होता। तुम देख सकती हो—तुम्हें धर्म की अच्छी-अच्छी पुस्तकें पढ़ते देख कर बहुत सी बूढ़ी स्त्रियाँ किस प्रकार पछताया करती हैं कि "हम तो मूर्ख ही रह गईं, पढ़ी नहीं। अगर हम पढ़ी होतीं तो आज बेकार न पड़ी रहतीं। अच्छे-अच्छे महावीर वाणी और उत्तराध्ययन आदि धर्म ग्रन्थ पढ़तीं। अब सुनने के लिए भी दूसरों का मुँह ताकना पड़ता है, फिर भी बहुत सी बातें अच्छी तरह समझ में नहीं आतीं।" पुत्रियो, तुम इन बूढ़ियों की बातों से शिक्षा लो और अपने समय का एक क्षण भी व्यर्थ न जाने दो। घड़ी की सुई की तरह एक-एक मिनट के लिए भी नियमबद्ध होकर काम करो।

बहुत सी लड़कियाँ और स्त्रियाँ समय की कदर नहीं जानतीं। वे व्यर्थ ही खाट तोड़ती रहती हैं, गपशप मारा करती हैं। समय बिताने के लिए मुहल्ले की स्त्रियों को बुला

लेती हैं या स्वयं उनके पास पहुँच जाती हैं। चार पाँच इकट्ठी होकर आलोचना आरंभ करती हैं तो बस फिर क्या समूचे गाँव के स्त्री-पुरुषों की आलोचना कर डालती हैं! किसी में कुछ दोष निकाला, किसी में कुछ। एक तूफान खड़ा कर देती है। आपस की झूठी सच्ची निन्दा बुराई से मन और जिह्वा दोनों को व्यर्थ ही अपवित्र करने में, पता नहीं, उन्हें क्या आनन्द आता है? और जब उक्त महिला महासभा की रिपोर्ट बाहर जाती है तो गाँव के शान्त परिवारों में सहसा महाभारत का युद्ध ठन जाता है। जिनकी निन्दा बुराई की गई है, भला वे कब चुप बैठने वाली हैं! नासमझ स्त्रियाँ व्यर्थ ही मुहल्ले में कलह के बीज बो देती हैं। यह है, समयकी कदर न करने का दुष्परिणाम! यह है, आपस की गपशप का भयंकर फल।

पुत्रियो! तुम स्वयं चतुर हो, अपना सब हिताहित समझ सकती हो। समय चिन्तामणि रत्न है, तुम इससे मन चाहा फल पा सकती हो। समय पर विद्या पढ़ो, समय पर सामायिक संवर धर्म ध्यान करो, समय पर दान परोपकार करो, समय पर घर में किसी बीमार की सेवा सुश्रूषा करो, समय पर छोटे बाल बच्चों को कहानी सुनाकर अच्छी शिक्षा दो, समय पर घर में बड़ी बूढ़ी स्त्रियों को कोई धार्मिक पुस्तकें सुनाओ। मतलब यह है कि—"ठाली न बैठो, कुछ न कुछ, सत्कार्य करती रहो।" जीवन में काम बहुत है, समय थोड़ा है। अतः दिन रात बराबर प्रयत्नशील रह कर ही मनुष्य समय का सदुपयोग कर सकता है। एक पल भी व्यर्थ खोना, एक अमूल्य कोहेनूर हीरे के खोने से भी बढ़कर हानिकारक है। सीने पिरोने आदि के छोटे से छोटे काम भी सदाचार के मूल हैं। बेकार समय में तो आलस्य, दुर्विचार, दुर्वासना आदि घेर लेते हैं। सतत क्रियाशील जीवन के समय उन दुर्गुणों को आने का कभी साहस ही नहीं होता।

: ५ :

## आदर्श श्राविका

जो सौन्दर्य की नहीं,
शीलकी उपासिका हो,
जिसको साज शृङ्गार से नहीं,
स्वच्छता से प्रेम हो;
वही आदर्श श्राविका !

मन पर,
वचन पर,
तन पर,
जिसका कठोर नियंत्रण हो;
जिसके शरीर के कण-कण पर,
सदाचार का अखण्ड तेज झलकता हो,
वही आदर्श श्राविका !

प्रेम और स्नेह की जीवित मूर्ति,
मधुरता की शीतल गंगा,
त्याग की अखण्ड ज्वाला,
जिसके जीवन के कण-कण में
सेवा की भावना ओत-प्रोत हो;
वही आदर्श श्राविका !

जिसके हृदय कमल में,
दया का अमृत हो;

## आदर्श कन्या

जिसके मुख कमल में,
मधुर सत्य का अमृत हो,
जिसके कोमल कर-कमल में
दान का अमृत अखण्ड धारा से प्रवाहित हो,
वही आदर्श श्राविका !

❀ ❀ ❀

जो वज्र से भी कठोर
और कुसुम से भी कोमल हो;
जो विपत्ति में वज्र बनकर
और
संपत्ति में कुसुम बनकर
दर्शन देती हो,
वीरता और कोमलता का
यह अभिनव संगम,
वही आदर्श श्राविका !

❀ ❀ ❀

जब बोले, बहुत थोड़ा बोले;
परन्तु उसी में सरस अमृत बरसादे !
जिसकी वाणी के अक्षर-अक्षर में
प्रेम और स्नेह का सागर उमड़े,
क्या वृद्ध क्या बच्चे
क्या छोटे, क्या बड़े,
क्या अपने, क्या बिगाने,
जो सब पर
अपने मधुर परिचय की
[illegible] अमिट छाप डाल दे,
वही आदर्श श्राविका !

❀ ❀ ❀

पाखण्ड के भ्रम में फँस कर
जो देवी देवताओं के नाम पर
जहाँ तहाँ ईंट पत्थर पूजती न फिरती हो;
श्री वीतराग अरिहन्त देव ही
जिसके एकमात्र आराध्य देव हों,
जिसको अपने सत्कर्म
और सदाचार पर अखण्ड विश्वास हो,
वही आदर्श श्राविका !

जीवन और मरण जिसके लिए खेल हों,
स्वप्न में भी जिसको भय का स्पर्श न हो,
स्वर्ग का इन्द्र भी
जिसको अपने धर्म से विचलित न कर सके,
जो देश, धर्म और सतीत्व पर
हँस-हँस कर बलिदान हो सके,
वही आदर्श श्राविका !

नाज नखरे वेश्याओं को ही शोभते हैं।
चटक मटक के वस्त्राभूषण,
कुलटाओं की ही संपत्ति है।
आदर्श श्राविका की प्रतिष्ठा तो
सरलता और सादगी में ही है !
दीपक की जगमगाती ज्योति ने
कौन से वस्त्राभूषण पहने हैं ?
जीवन में तेज चाहिए, तेज !

जिसका प्रत्येक शब्द,
विवेक से अंकित हो !
जिनका प्रत्येक कार्य
विवेक से परिलक्षित हो !
घर की प्रत्येक वस्तु
जिसके विवेक और सुघड़ाईपन का
मूक परिचय दे रही हो.
वही आदर्श बालिका !

---

: ६ :

## अस्वच्छता

अस्वच्छता, का अर्थ गन्दगी है। जो मनुष्य अस्वच्छ रहता है, गंदा रहता है, वह बड़ी भयंकर भूल करता है। अस्वच्छ रहने से मनुष्य के अपने स्वास्थ्य का भी नाश होता है, और दूसरे साथियों के स्वास्थ्य को भी हानि पहुँचती है। जिस मनुष्य का स्वास्थ्य नष्ट हुआ, समझ लो, वह एक प्रकार से धर्म से भी भ्रष्ट हुआ। बताइए, रोगी मनुष्य क्या धर्म कर सकता है?

अस्वच्छता दो प्रकार की होती है—मानसिक और शारीरिक। अपने मन तथा आत्मा को विकारों से अशुद्ध रखना मानसिक अस्वच्छता है। और शरीर तथा आस-पास की वस्तुओं को गंदी रखना, शारीरिक अस्वच्छता है। मनुष्य को दोनों ही अस्वच्छताओं से बचकर रहना चाहिए।

मानसिक अस्वच्छता को दूर करने के लिए नीचे लिखी बातों पर खास तौर से लक्ष्य रखना चाहिए:—

( १ ) क्रोध न करना।
( २ ) लोभ न करना।
( ३ ) छल न करना।
( ४ ) घमण्ड न करना।
( ५ ) चोरी नहीं करना।
( ६ ) झूठ नहीं बोलना।
( ७ ) व्यभिचार न करना।
( ८ ) विश्वास-घात नहीं करना।

(९) निन्दा नहीं करना।
(१०) द्वेष नहीं रखना।
(११) मोह नहीं करना। आदि, आदि।

दूसरा नम्बर शरीर की अस्वच्छता का है। इस पर भी बहुत अधिक लक्ष्य रखना चाहिए। जैनधर्म जहाँ मानसिक स्वच्छता पर जोर देता है, वहाँ शारीरिक स्वच्छता पर भी जोर देता है। जो लोग कहते हैं कि जैनधर्म में गन्दा रहना बताया है, वे अभी तक जैनधर्म का ककहरा भी नहीं पढ़ पाए हैं। जैनधर्म जैसा स्वच्छता और विवेक पर जोर देने वाला धर्म दूसरा कोई है ही नहीं।

शारीरिक अस्वच्छता को दूर करने के लिए नीचे लिखी बातों पर खास तौर से लक्ष्य रखना चाहिए।

(१) दाँत, मुँह, शरीर गन्दा नहीं रखना।
(२) सिर गन्दा नहीं रखना।
(३) कमरा, घर, आँगन गन्दा नहीं रखना।
(४) बिछौना गन्दा नहीं रखना।
(५) पानी बिना छाना नहीं पीना।
(६) छलना गन्दा, फटा हुआ नहीं रखना।
(७) आटा सड़ा हुआ, गन्दा नहीं रखना।
(८) साग वगैरह सड़े हुए नहीं खाने।
(९) भोजन बासी नहीं खाना।
(१०) बर्तन गन्दे और धूल भरे हुए नहीं रखने।
(११) पेशाब पर पेशाब नहीं करना।
(१२) पाखाना गन्दा दुर्गन्धित नहीं रखना।
(१३) भोजन अधिक नहीं लेना, जूठन नहीं डालना।

[illegible] की [illegible]। तुम्हें घर में देवी के समान ही स्वच्छ[illegible]
[illegible] चाहिए। जो चतुर नारियें, शरीर तथ[illegible]

आस-पास के पदार्थों की स्वच्छता पर बराबर ध्यान देती हैं, वे अपना और परिवार सबका मंगल करती हैं। इसके विपरीत जो अस्वच्छ रहती हैं, आस-पास की वस्तुओं को गन्दा रखती हैं, वे अपने को तथा अपने परिवार को दुखी करती हैं। इतना ही नहीं, निर्दोष पड़ोसियों तक को भी तंग करती हैं। अस्वच्छता का बुरा परिणाम, सब पड़ोसियों को, कभी-कभी तो सारे गाँव तक को भोगना पड़ता है।

हैजा प्लेग आदि के बहुत से छूत सम्बन्धी रोग अस्वच्छता के ही कुफल हैं। देखिए, एक मनुष्य की गंदगी कितना भयंकर परिणाम लाती है। मनुष्य की जरा सी असावधानी से व्यर्थ ही असंख्य जीवों की हिंसा हो जाती है। हाँ तो अस्वच्छता नरक है, और स्वच्छता स्वर्ग। स्वच्छता से प्रेम करने वाली कन्याएँ, देश के लिए मंगलकारिणी देवियाँ प्रमाणित होंगी।

: ७ :

## कलह

आज के भारतीय परिवार, दिन पर दिन दुर्बल और दुर्बलतर होते जा रहे हैं। आज के परिवारों की प्रेम शृंखला मजबूत नहीं रही है। कड़ियाँ टूट-टूट कर गिर रही हैं, पारिवारिक भावना प्रति दिन क्षीण होती जा रही है। वे पहले से हरे-भरे फलते-फूलते हँस मुख परिवार कहाँ हैं? वह पुराना स्वर्गीय जीवन आज केवल स्वप्न बन कर रह गया है।

यह कौन सा रोग है, जिस के कारण हम दिन प्रति दिन बौने जा रहे हैं। भारतीय परिवारों की जड़ में कोई भयानक कीड़ा अवश्य छिपा हुआ है, जो इस महावृक्ष को खा-खा कर धराशायी बनाने का प्रयत्न कर रहा है। वह रोग और वह कीड़ा और कोई नहीं, मात्र आपस का कलह है, जो आज हमारे सर्वनाश का कारण बन रहा है।

कब तक कोई आग को ढँक कर रख सकता है? आग को कितना ही छिपाओ, फिर भी उस की चमक तो निकलेगी ही। ठीक इसी प्रकार हृदय की दुर्भावनाएँ कभी छिप नहीं सकतीं। आस पास के कारणों को लेकर हृदय में जो अनेक तरह की दुर्भावनाएँ इकट्ठी हो जाती हैं, वे ही बढ़ कर कलह का रूप धारण करती हैं और एक हरे भरे परिवार को नष्ट कर डालती हैं। बस, अपने हृदय को साफ रक्खो, हृदय में किसी की ओर से मैल न जमने दो, दुर्भावनाएँ इकट्ठी न होने दो, फिर तुम्हें कलह नष्ट नहीं कर सकेगा। शुद्ध हृदय में कलह उत्पन्न ही नहीं हो पाता।

आस-पास के पदार्थों की स्वच्छता पर बराबर ध्यान देती हैं
वे अपना और परिवार सबका मंगल करती हैं। इसके विपरीत
जो अस्वच्छ रहती हैं, आस-पास की वस्तुओं को गन्दा रखती
हैं, वे अपने को तथा अपने परिवार को दुखी करती हैं
इतना ही नहीं, निर्दोष पड़ोसियों तक को भी तंग करती हैं
अस्वच्छता का बुरा परिणाम, सब पड़ोसियों को, कभी-कभी
तो सारे गाँव तक को भोगना पड़ता है।

हैजा प्लेग आदि के बहुत से छूत सम्बन्धी रोग अस्व
च्छता के ही कुफल हैं। देखिए, एक मनुष्य की गंदगी कितना
भयंकर परिणाम लाती है। मनुष्य की जरा सी असावधानी
से व्यर्थ ही असंख्य जीवों की हिंसा हो जाती है। हाँ तो
अस्वच्छता नरक है, और स्वच्छता स्वर्ग। स्वच्छता से प्रेम
करने वाली कन्याएँ, देश के लिए मंगलकारिणी देवियाँ
प्रमाणित होंगी।

: ७ :

## कलह

आज के भारतीय परिवार, दिन पर दिन दुर्बल और दुर्बलतर होते जा रहे हैं। आज के परिवारों की प्रेम शृंखला मजबूत नहीं रही है। कड़ियाँ टूट-टूट कर गिर रही हैं, पारिवारिक भावना प्रति दिन क्षीण होती जा रही है। वे पहले के हरे-भरे फलते-फूलते हँस मुख परिवार कहाँ हैं ? वह पुराना स्वर्गीय जीवन आज केवल स्वप्न बन कर रह गया है।

यह कौन सा रोग है, जिस के कारण हम दिन प्रति दिन छीजते जा रहे हैं। भारतीय परिवारों की जड़ में कोई भयानक कीड़ा अवश्य छिपा हुआ है, जो इस महावृक्ष को खा-खा कर धराशायी बनाने का प्रयत्न कर रहा है। वह रोग और वह कीड़ा और कोई नहीं, मात्र आपस का कलह है, जो आज हमारे सर्वनाश का कारण बन रहा है।

कब तक कोई आग को ढँक कर रख सकता है ? आग को कितना ही छिपाओ, फिर भी उस की चमक तो निकलेगी ही। ठीक इसी प्रकार हृदय की दुर्भावनाएँ कभी छिप नहीं सकती। आस पास के कारणों को लेकर हृदय में जो अनेक तरह की दुर्भावनाएँ इकट्ठी हो जाती हैं, वे ही बढ़ कर कलह का रूप धारण करती हैं और एक हरे भरे परिवार को नष्ट भ्रष्ट कर डालती हैं। बस, अपने हृदय को साफ रक्खो, हृदय में किसी की ओर से मैल न जमने दो, दुर्भावनाएँ इकट्ठी न होने दो, फिर तुम्हें कलह नष्ट नहीं कर सकेगा। शुद्ध हृदय में कलह उत्पन्न ही नहीं हो पाता।

मनुष्य के लिए शान्ति ही सब से बड़ा गुण है। हाँ तो तुम कैसी ही क्यों न उत्तेजना की दशा में हो परन्तु अपनी शान्ति नष्ट न होने दो! यदि तुमने जरा भी अपने आप को शान्ति से अलग किया तो देख लेना, तुम्हारे परिवार में कलह आसन जमा लेगा और आपस के प्रेम रूपी कल्प वृक्ष को क्षण भर में जला कर राख कर डालेगा।

कलह के कारण सारा परिवार डाँवाडोल हो जाता है। हर एक के मुख पर उदासीनता और क्रूरता छा जाती है। घर में से प्रसन्नता और हँसी खुशी एक दम गायब हो जाती है। जो स्त्री कलह करती है उस से कोई भी प्रसन्न नहीं रहता। सब लोग उस से बच कर रहते हैं, और तो क्या उस से कोई बोलना तक भी पसन्द नहीं करता। बच्चे भी उस से डर कर रहते हैं। वह जिधर चली जाती है, चण्डी का भयानक रूप धारण करती है, भूखी शेरनी की तरह बबकारती है, घर भर में तहलका मचा देती है।

नारी घर की रानी है। बिना नारी के घर, घर नहीं कहलाता। वह घर ऊजड़ है, श्मसान है, जिस मे नारी का साम्राज्य नहीं। बिना नारी के घर मे रमणीयता, सरसता और प्रेम कहाँ मिल सकता है? परन्तु नारी के लिए यह ऊँचा पद निवाहना ही बहुत कठिन है। बहुत सी नारियाँ कलह के कारण स्वर्ग से घर को नरक बना देती हैं। दिन भर उन का कलह का बाज़ार गर्म रहता है। किसी से लड़ती हैं, किसी की शिकायत करती हैं, ज़रा-ज़रा सी बात पर मुँह चढ़ा लेती हैं, खाना पीना छोड़ देती हैं, गालियाँ देती हैं, और ताना मारती हैं।

पुत्रियो, तुम्हें आगे चल कर घर की रानी बनना है। इसलिए अभी से अपने आप को खूब अच्छी तरह सँभाल कर रक्खो।

आपस के कलह से सर्वथा दूर रहो। माता पिता, भाई, बहन जो आज्ञा दें, खुशी-खुशी से आज्ञा पालन करो। अगर कभी तुम्हारा कहना न माना जाय, तो लड़ो मत। प्रेमपूर्वक अपनी बात मनवाने का प्रयत्न करो। साथ की सहेलियों से हमेशा मिलजुल कर रहो, कभी भी आपस में झगड़ा न करो।

तुम अभी घर में पुत्री और बहन के रूप में हो। तुम्हारे भाई की पत्नी भाभी तुम्हें सहेली के रूप में मिली है। भाभी के साथ बहुत प्रेम के साथ हिल मिल कर रहो। ननद का दर्जा भाभी को सहायता पहुँचाने का है, खुश रखने का है; तंग करने का नहीं। बहुत सी लड़कियाँ अपनी भाभी से बहुत झगड़ा करती हैं गालियाँ देती हैं, बात बात पर उसका तिरस्कार करती हैं, घर में शिकायत करती हैं। भाभी के माता पिता और भाई का नाम लेकर उसे चिढ़ाना, भूखी और कंगली बताना, मूर्ख कहना, बिल्कुल अनुचित है। तुम समझती हो भाभी ने तुम्हारे घर में जन्म नहीं लिया है। परन्तु देखो वह बेचारी, कहीं से बहन और पुत्री के रूप में से ही तो तुम्हारे यहाँ बहू के रूप में आई है। नया घर है, नया परिवार है नया वातावरण है, अतः तुम से उसको सहायता मिलनी चाहिए, या तिरस्कार? समझलो, तुमको भी दूसरे घर में जाना है, किसी की भाभी बनना है! तुम वहाँ क्या करोगी? जब तुम्हारी ननद के द्वारा तुम्हारा अपमान होगा, तब तुम्हें कितनी पीड़ा होगी? जो जैसा करता है, वैसा पाता है। तुम्हें भी अपनी करनी का फल जरूर मिलेगा। प्रेम से प्रेम मिलता है और द्वेष से द्वेष। भाभी की बात पर लंबा लिखने का यह अभिप्राय है कि प्रायः लड़कियाँ लड़ने-झगड़ने की आदत भाभी से ही प्रारंभ करती हैं। अतः प्रारंभ से ही इस दुर्गुण से बचने का प्रयत्न

करना चाहिए।

स्त्रियाँ प्रायः कानों की कच्ची हुआ करती हैं। झूठी सच्ची कुछ भी किसी के सम्बन्ध में सुन लेती हैं और उसी पर विश्वास कर लेती हैं, फलतः घर में प्रेमी से प्रेमी व्यक्ति के साथ भी झगड़ा करने को तैयार हो जाती हैं। अस्तु, याद रक्खो, जो लोग तुमसे किसी की शिकायत करते हैं और तुमसे चिकनी चुपड़ी बाते बनाते है, वे तुम्हारे मित्र नहीं, शत्रु हैं। उनकी बातों में कभी मत आओ। झूठी शिकायत करने वाली स्त्रियों से सावधान होकर रहो। वे तुम को क्रोध मे पागल बनाकर तुम्हारे घर का तमाशा देखना चाहती हैं।

बहुत सी स्त्रियों का यह स्वभाव होता है कि वे अपने दोषों को छिपाने के लिए अथवा अपने आपको निर्दोष प्रमाणित करने के लिए भी झगड़ा करने पर उतारू हो जाती हैं। वे समझती हैं कि झगड़ा करने से ही लोग हम को निर्दोष समझेंगे। उनका विश्वास है कि झगड़ा करके ही हम अपना गौरव और प्रतिष्ठा कायम रख सकेंगी, परन्तु यह उनकी बड़ी भयंकर भूल है। लोग बुद्धू नही हैं, जो असलीयत न समझें। यदि वस्तुतः तुमने कोई दोष किया ही नहीं है तो फिर क्यों झगड़ती हो? सत्य अवश्यमेव प्रगट होकर रहेगा। और यदि तुमने वास्तव में कोई दोष किया ही है, तब भी झगड़ने से क्या लाभ? झगड़ने से तुम सच्ची कभी नही हो सकती। प्रत्युत कलह करने के कारण और घर वालों की आँखों से अधिक गिर जाओगी। कलह करने से किसी की प्रतिष्ठा नहीं बढ़ती। यह निश्चित समझो कि शान्ति से मनुष्य की जितनी प्रतिष्ठा होती है, उतनी और किसी से नहीं होती।

अधिक क्या कहा जाय! सत्य का मर्म थोड़े से शब्दों में ही सीख लेना चहिए। भले ही थोड़ी बहुत हानि हो, उस को

सहलो। परन्तु उसके लिए झगड़ा कभी भूल कर भी मत करो। कलह से तुम्हारा प्रेम-पूर्ण स्वर्गीय संसार नष्ट हो जायगा। शान्ति से कलह पर विजय प्राप्त करो। शान्त और सुशील नारी ही संसार में सुयश प्राप्त करती है, लक्ष्मी का अवतार कहलाती है। वह नेहर में, ससुराल में, ननिहाल मे और दूसरे रिश्तेदारों के यहाँ जहाँ भी जायगी, वहाँ ही प्रेम और शान्ति की सुगन्ध महकाती रहेगी।

---

: ८ :

## अपरिग्रह

अच्छा, तुम संसार में यह पता लगाओ कि सब लोग क्या चाहते हैं ? जरा तुम ध्यान लगाकर संसारी जीवों की गतिविधि का निरीक्षण करोगी, तो तुम्हें पता लगेगा कि संसार में सब लोग सुख चाहते हैं। क्या कोई जीव दुःख चाहता है ? नहीं, कभी नहीं।

अब इस बात का पता लगाना है कि सुख है क्या चीज ? जब हम सुख की परिभाषा संसारी पदार्थों को लेकर करते हैं तो यह ठीक नहीं रहती। क्योंकि हम देखते हैं कि विभिन्न मनोवृत्ति के कारण किसी को कोई चीज सुखकर मालूम होती है, तो किसी को कोई दुःखकर। परन्तु भगवान् महावीर ने सुखका वास्तविक लक्षण बताया है कि—"सच्चा सुख अपनी इच्छाओं को कम करने में है ?"

जिस मनुष्य की जितनी ही इच्छा बढ़ी हुई होगी, वह उतना ही सुखहीन होगा। धन संपत्ति, महल, मन्दिर, हाथी घोड़ा बाग बगीचा आदि के मिल जाने पर हमें सुख मिल जायगा, जो लोग यह समझे बैठे हैं, वे भूल में हैं। मनुष्य मर्यादाहीन होकर जितने भी पैर फैलाता जायगा, उतनी ही अधिक अशान्ति बढ़ाता जायगा, अपने लिए भी और दूसरों के लिए भी।

तुमने देखा है, अग्नि में ज्यों-ज्यों घास-फूस और लकड़ी डालते जाते हैं, वह त्यों-त्यों अधिकाधिक बढ़ती जाती है। क्या कभी अधिक से अधिक लकड़ी पाकर आग की भूख बुझी है ? मन की भी यही दशा है। उसकी जितनी भी

इच्छाएँ पूरी करो, वह उतना ही और बढ़ता चला जायगा। मन बिना तट की झील है। किनारा हो तो एक दिन भरने का स्वप्न भी पूरा हो जाय। जिसका किनारा ही नहीं भला वह कब भरेगा? भगवान महावीर ने कहा है—'सोने चाँदी के लाखों पहाड़ भी लोभी मनुष्य के मन को सन्तुष्ट नहीं कर सकते। इच्छा आकाश के समान अनन्त है, न वह कभी भरी और न वह कभी भरेगी।"

अस्तु. सुख शान्ति का सच्चा मार्ग अपनी इच्छाओं और आवश्यकताओं को कम रखना है। जिसकी जितनी ही इच्छाएँ कम होंगी, वह उतना ही अधिक सुखी और शान्त रह सकेगा। भगवान महावीर का अपरिग्रहवाद यही अर्थ रखता है। मनुष्य को चाहिए कि वह अपना रहन-सहन सीधा-सादा बनाए। सीधा-सादा रहन-सहन सुख-शान्ति का मूल है। सीधे-सादे रहन-सहन का अर्थ है--वे कम-से-कम आवश्यकताएँ, जो साधारण से साधारण अवस्था में भी भलीभाँति पूर्ण हो सके।

अपरिग्रहवाद का सिद्धान्त, वैसे तो बहुत गम्भीर एवं व्यापक है। उसकी सब बारीकियाँ तो पुराने धर्मग्रन्थों के अध्ययन से ही जानी जा सकती हैं। परन्तु तुम अभी बच्ची ही हो, अतः न तुम्हें इतनी गम्भीरता में उतरना है और न अभी इसकी इतनी आवश्यकता ही है। हाँ, इसकी स्थूल रूप रेखा तुम्हे बतलाई जा रही है, आशा है तुम इस पर ही चलने का प्रयत्न करोगी और अपने को सुखी बना सकोगी।

सर्व प्रथम भोजन की आवश्यकता पर नियंत्रण करने की जरूरत है। बहुत से लोग चटपटे और मसालेदार भोजन करने के आदी हो जाते हैं। यदि उनके भोजन में खटाई, मिर्च और मसाले न पडे हों, तो फिर उनसे भोजन ही नहीं

किया जाता। वे लोग पेट के लिए भोजन नहीं करते, वरन् जीभ के लिए भोजन करते हैं। कभी-कभी तो भोजन के पीछे घर में लड़ाई भी हो जाया करती है। यह भी क्या जिन्दगी है कि मनुष्य कभी कड़ी तो कभी नरम दो रोटियों के लिए लड़े, एक दूसरे को भला बुरा कहे।

तुम्हे याद रखना चाहिए कि खटाई और मिर्च मसालेदार भोजन नाना प्रकार के रोग उत्पन्न करता है। दूषित भोजन से आँखें कमजोर हो जाती हैं। मेदा बिगड़ जाता है। शरीर हर वक्त रोगी रहने लगता है। भोजन तो शरीर को स्वस्थ और सबल रखने के लिये है, ताकि स्वस्थ शरीर के द्वारा धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष की साधना भलीभाँति विवेकपूर्वक की जा सके। बाजार की चाटें स्वास्थ्य को चौपट कर देती हैं। और मिठाइयों का चटोरापन तो बड़ा ही खराब है। जो लोग इन खाने-पीने की चीजों के फेर में पड़ जाते हैं, वे हर तरह बर्बाद हो जाते हैं। उनका सारा जीवन खाने की धुन में ही समाप्त हो जाता है। मानव-जीवन का कोई भी महत्त्वपूर्ण काम उनसे नहीं हो पाता। क्या न्योता खानेवाले मथुरा के चौबों को तुमने नहीं देखा ? वे सिवाय भोजन करने के और किसी काम के नहीं रहते।

हाँ, तो तुम भारत की देवियाँ हो, आगे चलकर तुम्हें अपने घर मे गृह-लक्ष्मी बनना है। भोजन के फेर में पड़कर तुम सच्ची गृह-लक्ष्मी नहीं बन सकती। भोजन मे हमेशा सादगी का ध्यान रक्खो। घर मे जैसा भी रूखा-सूखा भोजन बना हो, प्रसन्नता के साथ उपयोग में लाओ। साधारण भोजन पाकर नाक भौंह चढ़ाना अच्छा नहीं है। इस प्रकार अन्न का अपमान होता है। किसी दूसरे के यहाँ भोजन करने जाओ तो जैसा भी मिले आनन्द पूर्वक उपयोग में

लाओ । याद रक्खो, कभी भी किसी के भोजन की निन्दा और नुक्ताचीनी मत करो । जो आदमी भोजन की नुक्ताचीनी करता है, वह कभी आध्यात्मिक दृष्टि से ऊँचा नहीं उठ सकता । भगवान महावीर ने 'भक्त-कथा' करना पाप बतलाया है । भक्त-कथा का अर्थ है—"भोजन कीअच्छाई और बुराई के निर्णय के लिए स्वाद की दृष्टि से नुक्ताचीनी करना ।" भोजन में हर प्रकार से सादगी का नियम रखना, मानवता का सर्वप्रथम चिह्न है ।

दूसरा नम्बर वस्त्रों का है । वस्त्रों से भी जितनी सादगी रहेगी, उतना ही आनन्द-मङ्गल रहेगा । बहुत से घरों में सुन्दर और मूल्यवान् वस्त्रों के लिए स्त्रियाँ कलह मचाया करती हैं । वे सदा अपने घर के लोगों को तड़क-भड़कदार रेशमी और चट-कीले वस्त्रों को खरीदने के लिए मजबूर किया करती हैं । न स्वयं सुख चैन से रहती हैं, न दूसरों को ही चैन लेने देती हैं । यदि घर वालों की हैसियत कीमती वस्त्र खरीदने की नहीं हो, तो फिर भला कलह के सिवाय और क्या होता है ?

तुम पढ़ी-लिखी विदुषी हो । तुम्हें बहुत कीमती और तड़क-भड़कदार कपड़ों के फेर में नहीं पड़ना चाहिए । क्या बनारसी साड़ी के बिना गुजारा नहीं हो सकता ? क्या पोपलेन ही तुम्हें सुन्दर बनाएगी ? क्या रेशमी वस्त्र के बिना तुम जनता की आँखों में हीन समझी जाओगी ? यह बहुत हलका खयाल है, इसे जितनी भी शीघ्रता से त्याग सको, त्याग दो । मनुष्य का वास्तविक गौरव उसके अपने गुणों पर है । यदि गुण हैं तो फिर सादे खद्दर के वस्त्र पहन कर भी मनुष्य उचित आदर पा सकता है और यदि गुण नहीं हैं, तो रेशमी थान लपेट कर भी कुछ इज्जत नहीं होती । बल्कि कभी-कभी तो वह हँसी और मजाक का कारण बन जाता है । वस्त्र तो

केवल शरीर को सर्दी गर्मी से बचाने के लिए तथा लज्जा निवारणार्थ तन ढाँपने के लिए पहने जाते हैं, न कि दूसरों को अपनी तड़क-भड़क दिखाने के लिए।

वस्त्र मोटे और खद्दर के ही क्यों न हों, परन्तु वे होने चाहिए साफ और सुथरे। सौन्दर्य, कीमती वस्त्रों में नहीं है वह है, वस्त्रों की निर्मलता और पवित्रता में। भारत की स्वतंत्रता के युद्ध में हजारों ऊँचे से ऊँचे घरों की देवियों ने साधारण सा खद्दर का वस्त्र पहन कर सत्याग्रह में भाग लिया। तुम देखती हो—उनकी कितनी अधिक प्रतिष्ठा हुई है। जैनधर्म का आदर्श यह नहीं है कि तुम रंग बिरंगे कीमती वस्त्र पहन कर तितली बनकर घूमो। वह तो सीधे सादे वस्त्रों के परिधान को ही कर्मठ जीवन का पवित्र चिह्न समझता है।

भोजन और वस्त्र का उल्लेख केवल उदाहरण के रूप में किया है। अपरिग्रहवाद का सच्चा आदर्श तो जीवन की हर एक संसारी आवश्यकता के क्षेत्र में अपने को सीमित करना है। क्या गहने, क्या धन, क्या मकान, क्या नौकर चाकर, क्या ताँगा मोटर, क्या बर्तन, सर्वत्र बहुत कम इच्छाएँ रखना, बिलकुल सादगी के साथ सीमित जीवन बिताना ही अपरिग्रहवाद का उच्च आदर्श है। जैनधर्म का यह अपरिग्रह-वाद ही संसार में स्थायी शान्ति का शिलान्यास करेगा। जितनी इच्छाएँ कम होंगी, उतनी ही माँगें कम होंगी जितनी माँगें कम होंगी, उतनी ही उनकी पूर्ति के लिए चालबाजियाँ कम होंगी। और जितनी चालबाजियाँ कम होंगी, जीवन उतना ही सरल, सरस, एक दूसरे का विश्वास-शील होगा। और जहाँ ऐसा जीवन होगा, वहाँ मानव-एकता अपने आप विस्तृत रूप धारण कर लेगी। जैन धर्म का यह नारा कभी असत्य नहीं हो सकता कि—"जितना त्याग उतनी ही शान्ति।"

: ६ :

# विवेक

जैन धर्म में विवेक को बहुत बड़ा महत्त्व दिया गया है। विवेक, धर्म का प्राण है। जहाँ विवेक है, वहाँ धर्म है। जहाँ विवेक नहीं, वहाँ धर्म भी नहीं। शास्त्रों मे विवेक से शून्य मनुष्य का पशु के समान बतलाया है। न वह अहिंसा पाल सकता है, और न सत्य की ही आराधना कर सकता है। तभी तो भगवान महावीर ने आचारांग सूत्र में कहा है— 'धर्म विवेक मे है।'

पुत्रियो, तुम गृहस्थ जीवन में सक्रिय भाग लेने वाली नारी हो। तुम्हें अधिक से अधिक विवेक और विचार से काम लेना चाहिए। घर का प्रत्येक काम विवेक और विचार से करो। किसी भी काम में प्रमाद और असावधानी न रक्खो। विवेक रखने वाली नारी, गृहस्थो के धंधों में भी विशेष हिंसा से बच सकती है। और कभी कभी तो हिंसा के स्थान मे अहिंसा का मार्ग भी खोज निकालती है। भगवान महावीर ने ऐसे ही विवेक-शील जीवन के सम्बन्ध में कहा है—"विवेकी साधक पापके साधना को भी धर्म के साधन बना सकता है, और अविवेकी साधक धर्म के साधनों को पाप के साधन बना लेता है।"

विवेक के लिए सर्व प्रथम जलघर (परेंडा) पर लक्ष्य रखने की आवश्यकता है। पानी के घड़े या कलश बहुत साफ और पवित्र रखने चाहिए। पानी के कलश यदि बराबर न धोये जायँ और यों ही गंदे पड़े रहें, तो जीवोत्पत्ति होने की सम्भावना है। घड़ों में पानी अनछना कभी नहीं भरना

चाहिए। विना छना पानी जैन धर्म में पीने का निषेध है। पानी में अनेक सूक्ष्म जन्तु होते हैं। विना छाने पानी का उपयोग करने से उन सूक्ष्म जन्तुओं की हिंसा का पाप होता है। पानी में छानते समय यदि कोई कीड़े वगैरह जीव निकलें, तो उनको यों ही नहीं डाल देना। प्रत्युत जलाशय आदि के पानी में ही डालना चाहिए।

जलघर का स्थान विल्कुल साफ रहना चाहिए। जलघर के पास कूड़ा कचरा और धूल रहने से काई हो जाती है। जलघर के ऊपर मकड़ियों के जाले न लगने पाएँ, इसके लिए पहले से ही निरन्तर सावधान रहना चाहिए। घड़ों में से पानी निकालने का और पानी पीने का पात्र अलग-अलग होना चाहिए। पानी पीने का पात्र ही घड़े में डाल देना, ठीक नहीं होता।

पानी छानने का वस्त्र साफ और जरा मोटा होना चाहिए। वहुत से घरों में देखा गया है कि छलना बड़ा गंदा, फटा हुआ और बहुत बारीक होता है। वह छलना केवल नाममात्र का ही छलना होता है। छलने का उद्देश्य, जो जीवरक्षा है, वह उससे विल्कुल पूरा नहीं होता। छलना नित्य प्रति धोकर साफ रक्खो और उसे यों ही इधर उधर न पड़ा रहने दो, एकान्त निश्चित स्थान में रख छोड़ो। पानी छानने के संबन्ध में छलने का परिमाण बताते हुए एक आचार्य कहते हैं—"कम से कम तीस अंगुल लम्बा और तीस अंगुल चौड़ा वस्त्र छानने के लिए उपयुक्त होता है।"

पानी प्रकृति की अनमोल वस्तु है। पानी संसार का जीवन है। मारवाड़ आदि प्रदेशों में, जहाँ पानी बड़ी कठिनता से प्राप्त होता है, विना पानी के मनुष्यों और पशुओं की कितनी अधिक दुर्गति होती है। पानी के अभाव

में प्रति वर्ष हजारों जीवन नष्ट हो जाते हैं। अतएव तुम पानी के उपयोग में लापरवाह मत रहो। पानी को घी के समान वर्तना चाहिए। पानी को व्यर्थ ही नाली में मत डालो और न इधर उधर फर्श पर ही फेको। ऐसा करने से पानी की हिंसा तो होती ही है और उधर घर में सील बढ जाने से अस्वच्छता भी हो जाती है।

घर के दरवाजे के आगे गंदा मत रक्खो। बहुत से घर देखे हैं, जो दरवाजे पर कुरडी बने हुए होते हैं। जो भी जूठन मल मूत्र कूड़ा कर्कट होता है, सब दरवाजे पर जमा कर दिया जाता है। यह कितना भद्दा और अविवेक का काम है। घर के आगे दुर्गन्ध रहती है, आने जाने वाले लोग घृणा करते हैं। और जीवोत्पत्ति होने के कारण जीवों की जो व्यर्थ हिंसा होती है, वह अलग। अस्तु किसी एकान्त स्थान में कूड़ा वगैरह यतना से डालने का ध्यान रखना चाहिए।

भोजन बनाते समय भी विवेक की बड़ी आवश्यकता है। आटा, सड़ा हुआ, बहुत दिनों का कीड़ों वाला न होना चाहिए। बहुत दिनों का आटा रखने से उसमें जीव पड़ जाते हैं। वह जीव हिंसा का भी कारण होता है और स्वास्थ्य का नाश भी करता है। साग भाजी भी देख भाल कर काम में लाना चाहिए। सडी हुई साग भाजी में जीव पड़ जाते हैं। चूल्हे में पड़ी हुई आग के लिए बड़ी यतना की आवश्यकता है। भूल से यदि कभी यतना नही की जाती है; तो कभी-कभी बड़ा अनर्थ हो जाता है, घर का घर भस्म हो जाता है। कितनी भयंकर हिंसा होती है।

जलाने के लिए लकड़ियाँ अच्छी तरह देख भाल कर लेनी चाहिए। जो लकड़ियाँ सड़ी हुई गीली होती हैं, उन में घुन पड़

जाते हैं। और विना विचारे लकड़ी जलाने से उन के लिए तो भस्म होने की होली हो जाती है। लकड़ियाँ खूब छितरा कर उलट पुलट कर देखो। कहीं ऐसा न हो कि कोई जीव जन्तु लकड़ियों के साथ आग में भस्म हो जाय। लकड़ियाँ आवश्यकता से अधिक न जलानी चाहिए।

घर में घी, तेल, पानी आदि के पात्र कभी खुले मत रक्खो घी आदि के पात्र खुले रखने से जीवों के गिर जाने की संभावना है। अतएव भूलकर भी उघाड़े वर्तन न रखने चाहिए। अन्न के संसर्ग वाले जूठन के पानी को कभी मोरी में मत डालो। जूठन का पानी मोरी में डालने से जीवोत्पत्ति होती है, दुर्गन्ध वढ़ती है। और जनता के स्वास्थ्य को भी वहुत हानि पहुँचती है।

वासी भोजन करने की इच्छा कभी मत करो। वासी अन्न और साग न खुद खाओ और न दूसरों को खिलाओ। वासी अन्न खाने से रोग हो जाते हैं, और बुद्धि मन्द पड़ जाती है। यदि वासी अन्न अधिक काल का हुआ तो जीव-हिंसा का पाप भी लगता है। वहुत सी वहनें घर में इधर उधर से आई हुई मिठाई जमा करती जाती हैं। यह आदत ठीक नहीं है। अधिक दिनों की मिठाई खाने से त्रस स्थावर जीवों की हिंसा होती है, पाप लगता है और रोग भी हो जाते हैं। एक जैनाचार्य का उपदेश है कि "सर्दी में एक महीना गर्मी में बीस दिन और चौमास में पंदरह दिन से अधिक दिनों की मिठाई नहीं खानी चाहिए" अतएव जब भोजन वगैरह वच जाय तो उसे ठीक समय पर खुद काम मे ले लेना चाहिए, अथवा किसी गरीव अनाथ को दे देना चाहिए। वासी भोजन करने के विचार से उसे व्यर्थ ही घर में न सड़ाना चाहिए।

घर में झाड़ू देने के लिए झाड़ू बुहारी वहुत कोमल सन

वगैरह की रखनी चाहिए। कठोर तिनके आदि की बुहारी से कीड़ी वगैरह जीवों की हिंसा होती है। बुहारी लगाते समय उपयोग रखना चाहिए। बिना मन के यांही वेगार टालने के लिए बुहारी देने का भाव, जीव-दया के प्रति लापरवाही प्रगट करता है।

कि बहुना घर का प्रत्येक काम विवेक और विचार से होना चाहिए। नहाना-धोना, झाड़ना-पूँछना आदि सब काम यदि विवेक से किए जायँ तो सहज ही जीवहिंसा से बचाव हो सकता है। जैन धर्म विवेक में है। जिसमें जितना अधिक विवेक होगा वह उतना ही जैनत्व के अधिक निकट होगा। नारी जीवन में कदम-कदम पर विवेक की आवश्यकता है। विवेकवती नारी घर को स्वर्ग बना देती है और अपने लिए मोक्ष का मार्ग प्रशस्त करती है। भगवान महावीर का उच्च आदर्श विवेकी जीवन ही प्राप्त कर सकता है।

---

## मितव्यय

यदि देखा जाय तो घर की वास्तविक स्वामिनी. स्त्री हैं। गृहस्थी चलाने का भार अधिकतर स्त्रियों पर ही रहता है। इसलिए प्रत्येक स्त्री का कर्तव्य है कि वह घर के हर एक खर्च में से काट कसर करके धन बचाने का प्रयत्न करे। स्त्री चाहे तो घर को उजाड़ करदे और चाहे तो घर भरा पूरा बना दे, यह उसके हाथ की साधारणसी बात है।

यदि स्त्री समझदार होगी, यदि वह निरर्थक खर्च न कर बहुत सोच समझ कर काम करेगी, तो उसका घर थोड़ी-सी आमदनी में भी भरापूरा रहेगा। वह किसी भी चीज को व्यर्थ नष्ट न करेगी। अन्न का एक-एक दाना और वस्त्र का एक-एक धागा भी वह सावधानी से बचाकर काम में लाएगी जैन धर्म में इसे यतना कहा है। जैन धर्म पानी तक के अनावश्यक खर्च को पाप मानता है। जैन धर्म में गृहस्थी का आदर्श है कि आवश्यकता होने पर अतिलोभ न करो और आवश्यकता न होने पर अति उदार होकर वस्तु का अपव्यय-भी न करो।

मितव्ययी और परिश्रमी चतुर स्त्रियों को कभी दरिद्रता का सामना नहीं करना पड़ता। वे निर्धन अवस्था में भी सुखी और भरी पूरी दिखाई देती हैं। उन्हें धन-सम्बन्धी प्राय:कोई भी आपत्ति नहीं सताती। कभी-कभी तो वे अपनी बचाई हुई संपत्ति से संकट काल में पति के व्यापार तक को सहायता पहुँचा देती हैं। इसी भावना को लक्ष्य में रख कर भारत के कवियों ने स्त्री को लक्ष्मी का नाम दिया है।

बहुत-सी लड़कियाँ बड़ी उड़ाऊ प्रकृति की होती हैं। वे कम खर्च करना तो जानती ही नही। क्या भोजन, क्या वस्त्र, सभी में खर्च का तूफान खड़ा कर देती हैं। प्रायः देखा जाता है कि लड़कियाँ किसी भी सुन्दर वस्तु को देखते ही उसको खरीद लेना चाहती हैं। वे इस बात का ध्यान नहीं रखतीं कि इस वस्तु की ज़रूरत भी है या नही ? किसी चीज़ को खरीदने का कारण उसकी सुन्दरता नहीं है, किन्तु उसकी उपयोगिता और विशेष कर अपनी आवश्यकता है। अस्तु जिस वस्तु की जरूरत नहीं है, उसे कदापि मत खरीदो। यह फिजूल खर्च की आदत है, जो आगे चलकर तंग करती है।

भगवान महावीर के समय में जैन श्रावक और श्राविकाओं की गृह-व्यवस्था की पद्धति बड़ी सुन्दर थी। वे लोग उड़ाऊ आदत के गुलाम नहीं थे। बहुत विचार-पूर्वक गृहस्थ-जीवन चलाते थे। वे अपने धन के चार भाग करते थे, उसमें से एक भाग कोष में जमा करके रक्खा जाता था, ताकि समय पर काम आ सके। तुम भी आमदनी का चौथा भाग अलग जमा कर रक्खो, उसे अपने नित्य-प्रति के खर्च में मत लाओ, क्योंकि कभी-कभी घर में अचानक ही ऐसा काम आ जाता है, जिसमे रुपये खर्च करने की अतीव आवश्यकता होती है। उसके लिए यदि तुम पहले से तैयार न रहोगी, तो समय पड़ने पर बड़ी हानि उठानी पड़ेगी।

बहुत-सी लड़कियों में सुघड़पन नहीं होता। वे लापरवाही से उपयोगी वस्तुओं को जल्दी ही खराब करके फेंक देती हैं। खाने पीने आदि मे भी किफायतसारी से काम नहीं लेतीं। एक सेठ के यहाँ की बात है कि सास फूहड़पन से भोजन में अधिक खर्च करती थी। और तो क्या, नमक

भी प्रति दिन यों ही वेपरवाही से ज्यादा डाल दिया जाता था, इधर-उधर व्यर्थ ही नष्ट हो जाता था। घर में सुघड़ वहू आई तो उसने मितव्ययिता की दृष्टि से नमक का ही संग्रह करना शुरू किया। साल भर में उस बचाये हुए नमक की कीमत पाँच रुपये हुए। घर वाले अपने अपव्यय को जानकर आश्चर्य-चकित हो गए। पुत्रियो, तुम्हें घर गृहस्थी चलाने के लिए उस बहू जैसा आदर्श पकड़ना चाहिए। किसी भी चीज को लापरवाही से मत खर्च करो। और व्यर्थ इधर-उधर डाल कर नष्ट भी न करो। प्रकृति का भंडार नष्ट-भ्रष्ट करने के लिए नहीं है, उपयोग करने के लिए है।

---

: ११ :

## आत्म-गौरव

मनुष्य मात्र में आत्मगौरव का होना अतीव आवश्यक है। जिस मनुष्य में आत्म-गौरव नहीं, वह मनुष्य मनुष्य नहीं, पशु है। आत्म गौरव का अर्थ है—'अपने प्रति अपना आदर।" विशेष व्याख्या में उतरा जाय तो कहा जा सकता है कि—"अपने को तुच्छ और हीन न समझना आत्म-गौरव है।"

पुत्रियो, तुम स्वप्न में भी अपना आत्म-गौरव मत भूलो, तुम कभी भी अपने को तुच्छ न समझो। तुम आत्मा हो, तुम में अनन्त शक्ति छुपी हुई है। तुम भूमंडल पर किस बात में कम हो? तुम्हारे अन्दर अपना और दूसरों का कल्याण करने वाली महती शक्ति निवास करती है।

तुम सीता और द्रौपदी की बहन हो। पता है आज संसार में सीता और द्रौपदी का कितना महान् महत्त्व है? हजारों लोग प्रति दिन इनके नाम की माला जपते हैं। सीता की महत्ता तो इतनी बढ़ चढ़ कर है कि राम से पहले सीता का नाम लिया जाता है। तुम ने सुना होगा, लोग 'सीता राम' कहते हैं, न कि 'राम सीता'। सीता को इतना महत्त्व क्यों प्राप्त हुआ? इसलिए कि वह अपना आत्म-गौरव नहीं भूली। वन में जाते समय उसे कितना डराया गया? परन्तु वह सब संकट सहने के लिए प्रसन्न मन से तैयार हो गई। उसने कहा—"जब पति देव संकट सहन कर सकेंगे, तो मैं क्यों न सहन कर सकूँगी? मैं क्या मोम की पुतली हूँ,

जो धूप लगते ही पिघल जाऊँगी ?" पुत्रियो, तुम भी सीता से किसी प्रकार कम नहीं हो। तुम भी संकट से जूझ कर उस पर विजय प्राप्त कर सकती हो। जिस जाति में लक्ष्मी और दुर्गा जी जैसी वीर नारियाँ हुई हैं, वह जाति, हीन किस प्रकार हो सकती है ?

खेद है कि नारि जाति ने अपना आत्म-गौरव भुला दिया है। सदियों से उसे यह सिखाया गया कि "नारी तो कुछ कर ही नहीं सकती।" तुम्हें यह ग़लत संस्कार अपने मन से निकाल देना पड़ेगा। जैन धर्म नारी जाति के महत्त्व को बहुत ऊँचा मानता है। वह कहता है कि—"पुरुष के बराबर ही स्त्री जाति की भी प्रतिष्ठा है। गृहस्थ धर्म की गाड़ी के स्त्री और पुरुष दोनो दो पहिये हैं। गाड़ी के दोनों पहियों में किसका महत्त्व कम है और किसका अधिक ? स्त्री भी पुरुष के समान ही केवल ज्ञान पाकर सर्वज्ञ पद पा सकती है। मोक्ष में पहुँच कर परमात्मा भी हो सकती है ?" तुम जैन हो। बस, तुम्हें तो अपने आप को हीन समझना ही न चाहिए। वह जैन ही क्या, जो उत्साह के साथ विजय पथ पर अग्रसर न हो।

जिस मनुष्य ने अपने आप को गिरा लिया है. जिस ने यह समझ लिया है कि—मै तुच्छ हूँ, मेरा किया क्या हो सकता है उसने स्वयं ही अपने अनन्त आत्मबल की जान बूझ कर हत्या कर दी है। यह संसार का अटल नियम है कि जिस मनुष्य का मन सब ओर से दीनहीन बन चुका है, वह, धन, जन विद्या आदि में चाहे कितना ही क्यों न बढ़ा-चढ़ा हो, कभी कोई साहस-पूर्ण कल्याण कारी कार्य नहीं कर सकता।—

जब तक हम अपने दोनों पैरों को स्थिर रखते हैं, तभी

तक खडे रह सकते हैं। यदि पैरों को थर थरा दें, तो हम शीघ्र ही गिर कर ज़मीन पर आ रहेंगे। इसी तरह, जिसने अपने आप को हल्का समझ लिया है, उसकी सब क्रियाएँ हल्की ही होती हैं। और जो यह समझता है कि हम सब कुछ हैं, हम बहुत कुछ कर सकते हैं, उसको सब क्रियाएँ पूर्णतया सफल होती हैं। अपने को हीन समझने वाला हीन हो जाता है और अपने आप को महान समझने वाला महान। मनुष्य का निर्माण उसके अपने विचारों के अनुसार होता है।

"हम सब कुछ हैं"—इसका यह अभिप्राय नही है कि तुम अहंकार करने लगो, अपने को रानी महारानी मान बैठो। बल्कि इस का अर्थ यह है कि तुम अपने को कठिन से कठिन कार्य को कर डालने की शक्ति रखने वाली आत्मा समझो। तुम्हारा हृदय उपजाऊ भूमि की तरह है, उस पर सदा गौरव और उत्साह के फलप्रद बीज बोओ। विद्या लाभ करने मे अपनी बहुत ऊँची अग्रशील दृष्टि रखो। अच्छा काम चाहे कितना ही कठिन क्यों न हो, उसको पूरा करने का अपने मन में अदम्य साहस रक्खो। तुम छोटी हो तो क्या है? तुम्हारा लक्ष्य और तदनुकूल साहस छोटा नहीं होना चाहिए।

किसी ने बड़प्पन का ठेका जन्म से नहीं लिया है। कोई मनुष्य यश और धन की गठरी साथ बाँध कर नहीं लाया है जिन भी लोगों ने ये सब चीजें प्राप्त की हैं उन्होंने अपने ही आत्म बल से प्राप्त की हैं। इस संसार में जितने भी महान पुरुष हुए हैं, वे सभी पहले हम तुम-जैसे साधारण मनुष्य ही तो थे। परन्तु आत्म-बल को बढ़ाने के कारण ही वे संसार में अजर अमर महान हो गए हैं।

प्यारी पुत्रियो, तुम भी सब कुछ हो, जरा अपने आत्मबल से काम लो। अपने को हीन न समझो, अपने गौरव में विश्वास रखो। संसार में कौनसा ऐसा कठिन काम है, जिसे तुम नहीं कर सकतीं। और कुछ नहीं, बस 'अपने करने योग्य कामों को खूब लगन और परिश्रम से करना सीखो। बचपन में गुड़िया खेलने, और बड़ी होने पर थोडे बहुत घर के धंधे कर लेने में ही अपने उच्च नारी जीवन के गौरव को नष्ट मत करो। तुम अपने को बड़े-बड़े धार्मिक और लौकिक कार्य करने के योग्य बनाओ। हिम्मत मत हारो। सब कुछ अच्छे काम करने के योग्य बनो।

---

: १२ :

## व्यवस्था

मानवजीवन में संयत और व्यवस्थित जीवन का बहुत अधिक महत्त्व है। जो भी काम करना हो, वह पूर्ण रूप से व्यवस्थित होना चाहिए। उच्छृंखल और अमर्यादित अवस्था में किसी भी काम की कोई भी अच्छी व्यवस्था हो ही नहीं सकती।

नारी का जीवन घर-गृहस्थी की रंग विरंगी दुनिया का जीवन है। घर बाहर के बहुत से काम स्त्री को करने होते हैं। घर में छोटी-मोटी सैकड़ों चीजे होती हैं। उन सबकी देख भाल करने का भार स्त्री पर ही होता है। स्त्री यदि चतुर होती है, तो घर की छोटी से छोटी चीजों को भी आवश्यकतानुसार सँभाल कर रखती है। और यदि वह मूर्ख होती है तो फिर घर का कुछ पता नहीं रहता। चन्द ही दिनों में स्वर्गसा समृद्ध घर अव्यवस्थित और उजाड़ हो जाता है।

पुत्रियो! तुम्हें इस ओर खूब लक्ष्य रखना चाहिए। तुम्हारा प्रत्येक कार्य व्यवस्थित और सुरुचिपूर्ण होना चाहिए। घर की प्रत्येक चीज यथास्थान रखनी चाहिए, ताकि जब भी जिस भी चीज की आवश्यकता हो, वह उसी समय मिल जाय। सब वस्तुओं को ठीक-ठीक स्थान पर सजा कर रखने से काम में बड़ी सुविधा होती है। जहाँ इस बात का ध्यान नहीं, वहाँ घरवालों को बड़ा कष्ट होता है।

कौन सी चीज कहाँ रखने से कामों में सुविधा होगी, किस चीज की बहुत जरूरत रहती है, कौन चीज कब काम में आती है, इत्यादि बातों पर ध्यान रख कर जो स्त्री घर क

चीजों को यथास्थान रखने का प्रयत्न करती है, वह चतुर स्त्री कहला तीहै।

कौन चीज़ कहाँ रक्खी हुई है, इस बात का स्मरण रखना अति आवश्यक है। एक चीज़ यहाँ पड़ी है तो दूसरी वहाँ, एक ही चीज़ कल एक स्थान पर पड़ी थी तो आज वह दूसरी ही जगह पड़ी है और कल परसों वहाँ भी नहीं है. इस तरह की अव्यवस्था से बड़ी हानि होती है। इस प्रकार वस्तु के खोजने में एक तो श्रम बहुत अधिक करना पड़ता है, और साथ ही आवश्यक काम भी बिगड़ जाता है। यदि आवश्यकतानुसार समय पर चीज़ न मिले, तो बताइए, फिर उस चीज के संग्रह करने से लाभ ही क्या है ?

एक घर में एक बार किसी छोटे लड़के को बर्र ने डंक मार दिया। उस समय घाव पर दियासलाई रगड़ने की ज़रूरत पड़ी। ढूँढते-ढूँढते सारा घर हैरान है, पर दियासलाई का कहीं पता नही। इधर लड़का चिल्ला रहा है, उधर घर की सब स्त्रियाँ सलाई ढूँढने में लगी हैं। चिल्लाते हुए लड़के के पास कोई यह भी कहने को नही है कि "बेटे चुप रहो अभी अच्छे हो जाओगे।" स्त्रियाँ आपस में झगड़ती हैं एक दूसरी पर गर्जती हैं, चिल्लाती है, परन्तु इससे लाभ कुछ भी नहीं। एक छोटी सी बात के लिए लोग इतने हैरान हैं कि कुछ कहा नहीं जा सकता। कोई पूछे तो उत्तर भी क्या दे कि दिया सलाई नहीं मिलती। यदि पहले से ही सावधानी के साथ सलाई रक्खी गई होती, यदि पहले से ही सावधानी के साथ सलाई रक्खी गई होती, यदि सलाई रखने के लिए कोई स्थान नियत होता, तो इतनी झंझट काहे को होती ?

जिस घरमें सब चीजों को रखने के लिए अलग-अलग स्थान नियत है वहाँ झटपट यह मालूम होजाता है कि कौन

चीज घर में है, और कौन चीज नहीं है ? कौन चीज मंगानी है और कौन नहीं मँगानी है ? जहाँ यह व्यवस्था नहीं होती, वहाँ बहुत बुरा परिणाम आता है। कितनी ही चीजे बार-बार मँगाकर अधिक से अधिक संख्या में भरली जाती हैं और कितनी ही जरूरी काम की चीजें एक भी आने नही पातीं। घर क्या, कूँजड़ी का गल्ला हो जाता है। इस प्रकार के निपट अंधेर मे धन का कितना अधिक अपव्यय होता है ? जरा विचार तो कीजिए।

इसलिए मैं कहता हूँ कि तुम चीजों के रखने रखाने में बहुत अधिक बुद्धि और स्फूर्ति रक्खो। सब चीजों को ठीक ठीक स्थान पर रखने का प्रयत्न करो। अपने कपड़े लत्ते, गहने आदि की बातो में भी यही व्यवस्था रखनी चाहिए। अधिक क्या, खाने पीने सोने, बोलने, उठने, बैठने अदि सभी कामो में संयत और व्यवस्थित होने की आवश्यकता है। मन को हमेशा सुलझा हुआ और एकाग्र रखना चाहिए। मन कहीं है, चीज कहीं रख रही है, यह अव्यवस्था पैदा करने वाली आदत है। जो काम मनोयोग पूर्वक किया जायगा, वहाँ यह झंझट कदापि नहीं पैदा होगी।

अव्यवस्था हटाओ। प्रत्येक कार्य में व्यवस्था और सुरुचि का परिचय दो। ये बाते ऊपर से साधारण सी दीखती हैं, परन्तु भविष्य मे ये ही जीवन का निर्माण किया करती हैं। देखना, तुम्हारी अव्यवस्थित बुद्धि पर किसी को यह कहने का अवसर न मिले कि—"थाली खोजाने पर घड़े में ढूँढ़ी जाती है।" कम-से-कम अपने घर की चीजों के लिए तो तुम्हें सर्वज्ञ होना चाहिए। तुम सरस्वती हो, इतनी भुलक्कड़ और अव्यवस्थित मत बनो।

---

## शील स्वभाव

शील-स्वभाव, कोमल और शान्त प्रकृति को कहते हैं। में इससे बढ़कर मनुष्य का कोई दूसरा सुन्दर भूषण नहीं है। कहा है—"शीलं परं भूषणम्।" कोमल और शान्त प्रकृति दूसरे लोगों पर तुरन्त ही अपना प्रभाव डालती है। घमंडी आदमी भी शील स्वभाव के सामने अपना मस्तक झुका देता है। शील स्वभाव मनुष्य की उदारता और उच्च भावनाओं को सूचित करने वाला एक उज्ज्वल प्रतीक है।

शील स्वभाव बड़ा अच्छा वशीकरण मन्त्र है। शीलवान आदमी राह चलते लोगों को अपना मित्र बना लेता है। वह घर और बाहर सर्वत्र प्रेम एवं आदर पाता है। श्रीरामचन्द्र जी को वनवास में अज्ञात वानर जाति ने क्यों सहायता दी? वानर जाति के लाखों वीर, क्यों अपने आप रावण के विरुद्ध युद्ध में मरने को तैयार होगए? उनका अपना क्या स्वार्थ था? रामचन्द्रजी के एक मात्र शील स्वभाव ने ही तो उन्हें मोह लिया था। युधिष्ठिर आदि पाँचों पांडवों में क्या विशेषता थी, जो भीष्म ने अपने मरने का उपाय भी उन्हें महाभारत के युद्ध में बता दिया? श्रीकृष्णचन्द्र अर्जुन का रथ हाँकने को क्यों तैयार हुए? यह सब पांडवों के शील स्वभाव का प्रभाव था।

प्यारी पुत्रियो, तुम्हें भी शीलस्वभाव का सच्चे हृदय से आदर करना चाहिए। शीलवती कन्याओं पर माता, पिता, भाई, बहन आदि का बहुत अधिक प्रेम होता है। जो कन्याएँ शीलवती हैं, क्रोध और घमंड से दूर रहती हैं, कोमल हैं,

मृदुल हैं, नम्र हैं, मिलनसार हैं, उनका क्या घर और क्या बाहर सब जगह आदर होता है, साथ की सहेलियों में भी प्रतिष्ठा होती है। पाठशाला में तुम देख सकती हो कि—यदि धनी घर की लड़की घमंडिन है, अकड़कर बोलती है, तो साथ की लड़कियाँ उसका कुछ भी सम्मान नहीं रखतीं। इसके विपरीत कंगाल घर की लड़की भी अपने कोमल और नम्र स्वभाव के कारण सबका प्रेम और आदर प्राप्त कर लेती है। सब लड़कियाँ उसके कहने में चलने लगती हैं। संसार में धनका आदर नहीं, शीलका आदर है।

तुम्हारे पास अच्छे गहने और कपड़े हों, तो उन्हें पहन कर इठलाओ नहीं। यथावसर बढ़िया कपड़े पहन कर भी गम्भीर बनो और गरीब लड़कियों की कभी भी हँसी मत करो। यदि कभी गरीब लड़कियाँ तुमसे मिलें और कुछ पूछें, तो बड़े प्रेम से मिलो, आदर के साथ ठीक-ठीक उत्तर दो। गरीब लड़कियों के साथ तुम जितनी भी अधिक सहानुभूति रक्खोगी, तुम्हारा उतना ही अधिक आदर सम्मान होगा।

जब कभी कोई गरीब वर की लड़की तुम्हारे घर पर आए तो उसका सब प्रकार से आदर करो खाने पीने के लिए अवश्य पूछो। उससे इस प्रकार का प्रश्न कभी मत पूछो कि—"तुम्हारे पास क्या-क्या वस्त्र और गहने हैं?" तथा अपने वस्त्र और गहनों का भी जिक्र न करो कि—'मेरे पास अमुक अमुक सुन्दर वस्त्र और मूल्यवान् गहने हैं? मैं अब और नये गहने बनवाऊँगी?" इस प्रकार अपने बड़प्पन का प्रदर्शन करने से गरीब लड़कियों के मन में बड़ी पीड़ा होती है।

जब कभी किसी बड़ी-बूढ़ी स्त्री से मिलो, तो हमेशा कोई न कोई दादी, नानी, बूआ आदि उचित रिश्ता लगाकर बोलो

और रिश्ते के संग में 'जी शब्द अवश्य लगाया करो। यदि तुम ननिहाल मे हो तो वहाँ की अपने से छोटी या बराबर की कन्याओं को बहन जी, तुम्हारी माता की वय वाली हों तो मौसीजी, नानी की उम्र वाली हों तो नानी जी कहा करो। वहाँ की यदि कोई छोटी बहू हो तो भाभीजी, और यदि बड़ी हो तो मामीजी आदि आदर सूचक शब्दों से बोलो। और तो क्या धोबिन, नाइन और कहारिन आदि से भी इसी प्रकार कोई न कोई उचित-रिश्ता लगाकर बोलो। पुरुषों के साथ भी अपने यहाँ बाबाजी, चाचाजी, ताऊजी, भाईजी आदि और ननिहाल में नानाजी, मामाजी, भाईजी आदि आदर सूचक शब्दों का प्रयोग करो। कोमल और आदर सूचक शब्दों से तुम्हारा कुछ खर्च नहीं होता, और उन लोगों का चित्त प्रसन्न हो जाता है—कितना बड़ा लाभ है।

यदि कभी कोई क्रोधित होकर तुम्हें बुरा भला कहे, तो तुम शान्त होकर कोमल और मधुर वचनों में उत्तर दो। कोमल उत्तर से विरोधी से विरोधी व्यक्ति भी सहसा शान्त हो जाता है, संभव है वह उस समय अपनी भूल न भी स्वीकार करे, किन्तु बाद में तो उसे अपने किये पर अवश्य ही पश्चात्ताप होगा।

बहुत सी लड़कियों को बात-बात पर गाली देने और दूसरों को कोसने की आदत होती है। यह बहुत खराब आदत है। चाहे कैसी भी क्षोभ की अवस्था हो, मुँह से कभी भी गाली नहीं निकालनी चाहिए और न किसी को कोसना चाहिए। यदि कभी कोई दूसरी लड़की अज्ञानता से तुम्हें या और किसी को गाली दे तो उसे प्रेम से समझाने का प्रयत्न करो। प्रेम से समझाया हुआ व्यक्ति जल्दी ही शान्त होता है और अपनी बुरी आदत छोड़ देता है।

बहुतसी कन्याएँ ऊपर से तो बड़ी सीधी सादी मालूम होती हैं, परन्तु अन्दर बड़ा क्रोध करती हैं। अपने क्रोध को जबान से तो प्रगट नहीं करतीं, परन्तु मुँह फुला लेती हैं और उदास होकर चुप हो जाती हैं। यदि कोई उनको समझाता है, या बात चीत करता है, तो उसका उत्तर ही नहीं देतीं। यह आदत बड़ी खराब है, कभी-कभी बड़ी होने पर भी तंग करती है; अतः सुशील कन्याओं को इस अवगुण से हमेशा दूर रहना चाहिये।

तुमने देखा होगा कि बहुतसी लड़कियों में ताना देने की आदत पड जाती है। लड़के वगैरह तो अपने क्रोध को मार-पीट आदि के रूप में निकाल डालते हैं, परन्तु लड़कियाँ अपने क्रोध को कटु वचनों और तानों के द्वारा प्रकट करती हैं। परन्तु याद रखना चाहिए—कटु वचनों और तानों का परिणाम बहुत बुरा होता है। बाणों का घाव तो पुर जाता है। परन्तु तानों का घाव जन्म भर नहीं पुरता। महाभारत के युद्ध का मूल कारण आपस के ताने ही तो थे। हाँ तो शील बड़े महत्व की चीज है। कभी भी शील की उपेक्षा न करो।

---

: १४ :

## आलस्य

आलस्य, मानव-जाति का सबसे बड़ा भयंकर शत्रु है। आलसी आदमी किसी काम का नहीं रहता। न वह घर का ही काम कर सकता है, और न बाहर का ही। आलसी मनुष्यों की संसार में बड़ी दुर्दशा होती है। आलसियों का हृदय नाना प्रकार की चिन्ताओं का घर बन जाता है। उनके हृदय में अनेक प्रकार की दुर्भावनाओं का विषाक्त प्रवाह निरन्तर बहता रहता है।

शरीर काम चाहता है। बिना काम किए मज़बूत से मज़बूत शरीर भी दुर्बल हो जाता है और अनेक प्रकार के रोगों का घर बन जाता है। दिन रात इधर-उधर मटरगश्ती मे रहना, खाट पर पड़े रहना, काम से जी चुराते फिरना, कहाँ की मनुष्यता है? जो मनुष्य काम नहीं करता है, और खाने के लिए तैयार रहता है, उससे बढ़कर दूसरा और कौन पापी होगा? एक आचार्य कहता है—"बिना परिश्रम किए, बिना लोकोपकार का काम किए, जो व्यक्ति व्यर्थ ही परिवार की छाती का भार बनकर खाता है, वह अगले जन्म मे अजगर बनता है।"

पुत्रियो, तुम्हें क्या बताऊँ? तुम कभी भी आलस्य न करो, काम से जी न चुराओ। अगर अभी से तुममें यह बुरी आदत पैदा होगई, तो इसका आगे चलकर बड़ा भयंकर परिणाम होगा। आलस्य के कारण न तुम माता के यहाँ पीहर में आदर पा सकोगी, और न सास के यहाँ ससुराल में। जब भी कभी काम करना पड़ेगा, तुम बड़बड़ाती, झींकती,

झुँझलाती रहोगी, और यह एक स्त्री के लिए बड़ी घातक बात है।

सौभाग्य से तुम्हें अच्छे घर में जन्म मिल गया है। माता पिता के पास धन सम्पत्ति खूब है, काम करने के लिए नौकर नौकरानियाँ हैं। परन्तु तुम गर्व में आकर अपने हाथ से काम करना न छोड़ो। भविष्य का कुछ पता नहीं है, क्या हो? आज धन है, कल न हो? सम्भव है, ससुराल में जहाँ जाओ, वहाँ स्थिति ठीक न हो? अस्तु, अच्छे दिनों में नौकरों से काम करा कर जी चुराने की आदत डाल लेना, भविष्य में बुरे दिनों में बहुत दुःखदायक हो जाती है। बहुत-सी बड़े घरों की स्त्रियाँ रात दिन पलंगों झूलों और मसनद गद्दों ही पड़ी रहा करती हैं। इनका पेट बढ़ जाता है, हाजमा खराब हो जाता है, शरीर दुर्बल और पीला पड़ जाता है। फिर ये किसी भी परिश्रम के योग्य नहीं रहतीं।

भारत की स्त्री अन्नपूर्णा कहलाती है। भोजन का सुचारु प्रबन्ध करना उन्हीं के हाथ की बात है। बहुत-सी धनी घर की लड़कियाँ भोजन बनाने से जी चुराती हैं। जब नौकर या नौकरानी भोजन बनानेवाले हैं, तब हम क्यों चूल्हे में जलें—यह मनोवृत्ति बड़ी खराब है। भोजन बनाना अपना कर्तव्य है, फिर उसमें लज्जा या आलस्य का क्या काम? भारतीय दृष्टि से वह घर घर ही नहीं, जिसमें भोजन गृह देवियाँ न बनती हों। न स्वयं भोजन बनाना और न परोसना—इससे पारिवारिक प्रेम का अभाव सूचित होता है। अगर गृह देवियाँ भोजन बनाएँ तो उसमें बहुत से लाभ हैं—"(१) सामान का निरर्थक खर्च न होना, (२) भोजन का स्वादिष्ट बनाना, (३) शुद्ध भोजन बनाना, (४) अभक्ष्य आदि पदार्थों का उपयोग न होना, (५) सब काम विवेक से होना,

(६) प्रेम के साथ भोजन परोसा जाना, (७) साधु सन्तों को आदर के साथ आहार वहराना, (८) सबको सब चीज़ का मिलना।" कोई भी नौकर ये सब बातें नहीं कर सकता।

बहुत-सी लड़कियाँ काम से जी चुराया करती हैं। माता या और कोई जब किसी काम के लिए कह देती हैं, तो बड़बड़ाने लगती हैं। कितनी ही बार तो कामों को इसलिए बिगाड़ भी देती हैं कि, फिर कभी कोई काम करने के लिए न कहे। अस्तु काम को बोझ कभी मत समझो। जो भी काम करना हो, रस लेकर करो। घर के छोटे-मोटे कामों को स्वयं कर लेना, कुछ बुरा नहीं है। इससे बढ़कर और सुख क्या हो सकता है कि तुम्हें घर की सेवा करने का लाभ मिलता है। काम करना कोई निन्दा की बात नहीं है। सीता और द्रोपदी जैसी महारानियाँ भी घर का काम खुद किया करती थी। तुम्हें भी उन्हीं के कदमों पर चलना चाहिये। घर में माता, चाची, ताई, भाबी या पिता भाई आदि जब कभी किसी काम के लिये कहें, तो इन्कार न करो। प्रसन्नता के साथ खुशी-खुशी काम करो।

अन्त में फिर कह देना चाहता हूँ कि—आलस्य, मानव-जाति का सबसे बड़ा भयंकर शत्रु है। आजकल हमारे भारतीय परिवारों में जो अनेक प्रकार के कष्ट दीख पड़ते हैं, उन सबका मूल कारण एक प्रकार से आलस्य ही है। आज घरों में माता और पुत्रियाँ लड़ती हैं, भाबी और ननद लड़ती हैं, सास और बहू लड़ती हैं। यह लड़ाई का बाजार क्यों गर्म है ? इसका कारण अपने विचार में तो आलस्य है· क्यो कि जो मनुष्य कोई काम नहीं करता, जो चुपचाप निठल्ला बैठा अपना समय व्यतीत करता है, उसका स्वभाव दुर्बल हो जाता है, वह दूसरों को देखकर कुढ़ा करता है, और

दूसरे उसको देखकर कुढ़ते हैं। बस झगड़े के लिए और किस बात की जरूरत है?

इसके विपरीत जिस घर में सब स्त्रियाँ अपने-अपने काम मे लगी रहती है, काम करने से जी नहीं चुराती हैं, एक का काम करने को दूसरी तैयार रहती है, और प्रत्येक काम में परस्पर प्रेम तथा स्नेह की धाराएँ बहती रहती हैं, उस घर में किसी भी प्रकार का दुःख नहीं होता, उस घर का कलह एक बार ही दूर हो जाता है। और वह परिवार बिल्कुल हरा भरा सुखी एवं समृद्ध हो जाता है। एक आचार्य का कहना है—'दो हाथ वाला मनुष्य परमेश्वर होता है।' द्विभुजः परमेश्वर.' हाँ तो जिस घर में तुम जैसी दो हाथ वाली कई ईश्वर हों. वहाँ क्या कमी रह सकती है? जरूरत है हाथों से काम लेने की।

: १५ :

## सभ्यता

प्रातः काल उठते ही नवकार मंत्र पढ़कर भगवान का ध्यान करो। किसी महान् शुभ संकल्प का अपने मन में चिन्तन करो। माता-पिता आदि बड़ों के चरणों में नमस्कार करो।

❀ ❀

जैन स्थानक में गुरुदेव पधारे हुए हों, या कोई साध्वी जी महाराज आई हुई हों तो उनके दर्शन करना न भूलो। बड़े आदर के साथ उनको वन्दना करो, मंगल सुनों और व्याख्यान आदि होते हों तो वह भी सुनो।

❀ ❀

अपने से कोई गलती हो जाय तो उसे साफ शब्दों में स्वीकार करो। एक झूठ को सिद्ध करने के लिए अनेक झूठ मत बोलो। बिना अच्छी तरह जाँच पड़ताल किए किसी के सम्बन्ध में कुछ न कहो। बिना आज्ञा किसी की चीज मत उठाओ।

❀ ❀

किसी के मकान में घुसने से पहले अन्दर जाने की आज्ञा माँगलो। अंधा-धुंध किसी अपरिचित के घर घुसते चले जाना ठीक नहीं है।

❀ ❀

यदि इधर-उधर आते जाते हुए या उठते-बैठते हुए किसी पुरुष अथवा स्त्री से तुम्हारा पैर छू जाय तो उससे हाथ जोड़ कर झट पट अपनी गलती के लिए क्षमा माँगो।

❀ ❀

जिस व्यक्ति से जिस काम के लिए जितने पैसे ठहरा लिए हों, उसे उतने ही पैसे दो, उसमें से फूटी कौड़ी भी कम देने की इच्छा न करो। जरा जरा सी बात पर लोभ करना ठीक नहीं है।

रेल, तार घर, डाक घर, सभा पुस्तकालय, कारखाने आदि किसी भी सार्व-जनिक स्थान की लिखी हुई सूचनाओं का उल्लंघन कदापि न करो।

नाक का मल, कफ या थूक आदि दीवारों पर, घर के कोनों में किवाड़ों के पीछे, या अन्य किसी सार्वजनिक स्थान पर नहीं डालना चाहिए। एकान्त स्थान में विवेक पूर्वक अहिंसा की दृष्टि सामने रख कर ही उक्त क्रियाएँ करनी चाहिए।

किसी की खोई हुई या गिरी हुई वस्तु यदि कभी आप को मिल जाए तो आप उसके मालिक को लौटा दो। यदि मालिक का पता न लगे तो उसे अपने पास न रख कर पुलिस ऑफिस में या सेवा समिति आदि किसी प्रामाणिक संस्था में जमा करादो, ताकि व उसे उसके मालिक के पास तक पहुँचा दें।

यदि मांगी हुई पुस्तक या अन्य कोई वस्तु खो जाय अथवा खराब हो जाय, तो उसके मालिक को बदले में नई मँगाकर दो। यदि मंगा कर देने की स्थिति न हो, तो इस के लिए सच्चे हृदय से क्षमा मांगो।

यदि कभी किसी दूसरे की पुस्तक पढ़ने के लिए मांग कर लाओ तो उस पर अपना नाम, पता या और कुछ बिल्कुल न लिखो। याद रक्खो कि पृष्ठों के कोने न मुड़ जाएँ और न फट

मैली होने पाए। यह भी ध्यान रक्खो कि कोई अनजान बालक किसी पृष्ठ को या चित्र को न फाड़ डाले।

मार्ग मे चलते हुए यदि कोई ठोकर खा जाय और गिर पड़े तो तुम उसकी दुर्दशा पर मत हँसो। बल्कि सहृदयता से उसके प्रति समवेदना प्रगट करो, और उसको सँभलने में सहायता पहुँचाओ।

केले के छिलके या और भी कोई ऐसी ही चीज़ सड़क पर चाहे जहाँ मत डालो। केले के छिलके पर पैर फिसल जाता है, और कभी-कभी यात्री सदा के लिए घातक चोट खा बैठता है।

जैन स्थानक मे या अन्यत्र कहीं भी किसी भी सभा में भाषण हो रहा हो तो आपस में बात-चीत मत करो। चुप रह कर ध्यान से व्याख्यान सुनो। छोटे बच्चों तथा दंगा करने वाले बच्चो को साथ मत ले जावो।

भाषण सुनने के लिए किसी सभा में पहुँचो तो एकदम बीच में उठ कर न चली आओ। याद रक्खो, वक्ता के लिए यह अपमान जनक व्यवहार है। यदि आवश्यक कार्यवश आना ही हो तो चालू भाषण पूरा होने पर और दूसरा भाषण प्रारम्भ होने से पहले ही चुप-चाप धीरे से चली आओ।

अंधा, लूला, लँगड़ा, काना अथवा और भी कोई किसी प्रकार का अंगहीन या पागल मिले तो उसकी हँसी न उड़ाओ, मज़ाक न करो, जहाँ तक हो सके उनके साथ अधिक से अधिक आत्मीयता का व्यवहार करो।

## : १६ :

## लज्जा

नारी जाति का प्रधान गुण लज्जा है। लज्जा के समान स्त्रियों का दूसरा कोई आवश्यक सुन्दर भूषण नहीं है— 'लज्जा परं भूषणम्।' लज्जा ही स्त्री के शील और संयम की रक्षा करती है। स्त्री में चाहे और सभी गुण हों, परन्तु यदि लज्जा न रहे तो वे सब व्यर्थ हो जाते हैं।

आजकल बीसवीं शताब्दी चल रही है। चारों ओर से फैशन का बोल बाला है। कालेज आदि की शिक्षा का प्रभाव, फैशन की वृद्धि पर, बहुत अधिक पड़ रहा है। भारत की संयम शील देवियाँ भी इससे नहीं बच सकी हैं। उनमे भी फैशन और विलासिता का प्रभाव बढ़ रहा है। इस कारण आज के युग में लज्जा का महत्त्व बहुत कम होगया है।

आजकल बड़े-बड़े नगरों में कपड़े बहुत बारीक पहने जाते हैं। इतने बारीक कि जिनमें से सारा शरीर साफ-साफ दिखलाई देता रहता है। इस प्रकार जालीदार और रेशमी वस्त्र पहन कर शृङ्गार करना, नाज नखरा दिखाना, भारत की सभ्यता के सर्वथा प्रतिकूल है। वस्त्र का अर्थ तनढाँपना है, लज्जा बचाना है। यह स्वच्छ तो होना चाहिए, परन्तु इतना बारीक नहीं होना चाहिए कि जिससे अपनी लज्जा भी न बचाई जा सके।

हर किसी के साथ बात-चीत करने में संकोच रखना चाहिए। अधिक बोलने से और इधर-उधर की गप शप करने से कुछ शोभा नहीं होती है। स्त्री के लिए तो कम बोलना

और समय पर आवश्यकता पड़ने पर ही बोलना, अच्छा माना गया है। जो कन्याएँ प्रारम्भ से ही इस गुण को अपनाती हैं, वे भविष्य में अपने विचार में योग्य गृहलक्ष्मी प्रमाणित होती हैं।

हँसना बुरा नहीं है। वह मानव प्रकृति का एक विशिष्ट गुण है। परन्तु लड़कियों को ठहाका लगाकर, कहकहा मारकर हँसना उचित नहीं है। ज़ोर से हँसना, लज्जा का अभाव सूचित करता है। लड़कियों को बहुत धीरे मन्द हास्य से हँसना चाहिए।

विवाह आदि प्रसंगों पर बहुत संयम से काम लेना चाहिए। बहुत-सी लड़कियाँ और वयस्क स्त्रियाँ ऐसे प्रसंगों पर अपनी मर्यादा से सर्वथा बाहर हो जाती हैं। बरातियों से छेड़-छाड़ करना, गन्दे गाने गाना, गालियाँ देना, बिल्कुल बेहूदा बातें हैं। इससे भारतीय स्त्रियों का गौरव बढ़ने के स्थान में घटता है। इन्हीं कारणों से स्त्रियों को मूर्ख, नाला-यक और फूहड़ आदि शब्दों से सम्बोधित किया जाने लगा है। अपनी प्रतिष्ठा अपने हाथ में है। लज्जा-शील रहने में ही भारतीय स्त्री की प्रतिष्ठा है।

जो एक अक्षर भी नही जानती और लज्जावती हैं, उनका जितना आदर समाज में होता है, उतना उन विदुषी, परन्तु लज्जाहीन स्त्रियों का नहीं होता। अस्तु प्रत्येक लड़की और स्त्री को चाहिए कि वह लज्जा को अपना भूषण बनाए। परन्तु ध्यान में रहे कि लज्जा में अति न होने पाए। सब जगह अति करने से हानि होती है। बहुत-सी लड़कियों में लज्जा इतनी अधिक होती है कि वे लज्जा के कारण कुछ काम भी नहीं कर सकतीं। हर समय सिकुड़े रहना और घर के कोने में दुबके रहना, कोई अच्छी बात नहीं है।

बहुत सी तो लज्जा के कारण किसी बड़ी बूढ़ी स्त्री से, माँ और किसी परिचित भले आदमी तक से बात चीत भी नहीं कर सकती। लज्जा की यह पद्धति, नारी जाति की उन्नति में बाधक है।

बहुत से देशों में लज्जा का सबसे बड़ा प्रतीक पर्दा समझा जाता है। परन्तु ऊपर से लेकर नीचे तक सारे शरीर को कपड़ों में छुपाकर और हाथ भर का लंबा घूँघट काढ़ कर बाहर आना-जाना भारत की अपनी सभ्यता नहीं है। यह परंपरा मुगल काल से भारत में आई है। भारतीय स्त्री के लिए तो लज्जा ही पर्दा है। आँखों में लज्जा है तो सब कुछ है, और यदि यह नहीं है तो पर्दा करने से भी क्या? लंबा घूँघट बजार की चीज है। बहुत सी स्त्रियाँ अपने घर वालों से तो लंबा घूँघट डाल कर पर्दा करती हैं, उनसे बोलती भी नहीं, परन्तु बिल्कुल अपरिचित लोगों के साथ धड़ल्ले से बातें कर लेती हैं, पर्दा भी नहीं करती हैं। पता नहीं, यह कौन सी विवेचना है?

अधिक क्या, पुत्रियो, तुम लज्जा का सदैव खयाल रखना। कोई भी काम ऐसा न करो, जिससे तुम्हारी निर्लज्जता प्रगट हो। जैन धर्म में लज्जा को ही पर्दा माना है, घूँघट को नहीं। यदि तुमने सभ्यता के साथ रहना सीख लिया है, तो समझ लो जैन धर्म का मर्म तुम्हारे ध्यान में आ गया है।

---

: १७ :

## सरलता

विश्वासी मनुष्य का संसार में बड़ा आदर होता है। जिस पर समाज का विश्वास होता है, वह अपने कामों मे लोगों से बड़ी सहायता प्राप्त करता है। तुम जानती हो, यह विश्वास कैसे पैदा किया जा सकता है? उत्तर है—"सरलता से, निष्कपटता से।' जो मनुष्य सब का विश्वास पात्र बनना चाहता हो, उसका सब से बड़ा कर्तव्य है कि वह अपने प्रत्येक व्यवहार और वचन में सरलता रखे, झूठ और कुटिलता को अपने पास तक न फटकने दे।

सरलता का गुण प्राणि मात्र के लिए उपयोगी है। क्या स्त्री, क्या पुरुष, क्या बूढ़े, क्या नौजवान सभी उससे लाभ उठा सकते है, प्रतिष्ठा बढ़ा सकते हैं। परन्तु स्त्रियों के लिए तो यह अतीव आवश्यक गुण है। बिना परस्पर के विश्वास के गृहस्थी एक क्षण भी नहीं चल सकती। आपस का विश्वास ही गृहस्थ जीवन को सुखमय बनाता है। और यह विश्वास बिना सरलता के हो नहीं सकता।

पुत्रियो, तुम्हें सरल और निश्छल रहना चाहिए। मन में तरह तरह की उधेड़ बुन करना, काट छाँट करना, बड़ा ख़राब काम है। मन को तुम जितना ही कुटिल और वहमी बनाओगी, उतना ही घर मे क्लेश और द्वेष बढ़ेगा। तुम्हारा मन दर्पण के समान समतल हो, खोजने पर भी उस में कहीं ऊबड़ खाबड़ एवं बाँकी टेढ़ी रेखा न मिले।

अपने अपराधो को छिपाना या छिपाने के लिए झूठ बोलना

महापाप है। इसका ही दूसरा नाम कुटिलता है, माया है। यह दुर्बल हृदय का चिन्ह है। जिस का हृदय दुर्बल हो जाता है वह अपने लिए ही भार हो जाता है। भगवान महावीर ने जैन धर्म में इसीलिए प्रतिक्रमण करने को बहुत महत्त्व दिया है। प्रतिक्रमण में अपनी भूलो को स्वीकार किया जाता है, और इस प्रकार मन का दंभ निकाल कर उसे सबल एवं शुद्ध बनाया जाता है। माया मन का अन्धकार है, उसे दूर करने के लिए प्रतिक्रमण का प्रकाशमान सूर्य ही काम आ सकता है।

बहुत सी लड़कियाँ, अपने दोष छिपाने के लिए, अपने बड़ों से यहाँ तक कि माता पिता से भी झूठा बहाना बनाती हैं। बार-बार पूछने पर भी सत्य बात नहीं बतातीं। परन्तु क्या यह उचित है? इस प्रकार क्या वे अपनी उन्नति कर सकती हैं? अपने दोषों को छिपाने वाला कभी भी दोषों से अपना पिंड नहीं छुड़ा सकता। दोष दूर तभी होंगे, जब कि वे अपने बड़ों के सामने साफ साफ प्रगट कर दिए जाएँगे। अपराध छिपा कर मन को शान्ति नहीं मिलती है। मन में सदा भय बना रहता है कि कहीं बातें प्रगट न हो जायँ? अपराध छिपाने वाले का मन, भयंकर कल्पनाओं का केन्द्र बन जाता है। उसके मन की उथल-पथल कभी भी शान्त नहीं होती।

प्यारी पुत्रियो, तुम इस पाप से अवश्य बचना। कभी भी कोई अपराध छिपाकर नहीं रखना। आदमी है। भूल हो ही जाती है। भूल हो जाना, कोई बड़ी बात नहीं है, संसार के बड़े बड़े आदमी भी भूल कर गए हैं। परन्तु पाप है भूल को छिपाना, माया करना। तुम्हारा समस्त व्यवहार सरल हो, तुम्हारा वचन और मन सरल हो। तुम अन्दर और बाहर

एक वन कर रहो। मन के अन्दर तरह तरह के परदे अच्छे नहीं लगते। जब तुम किसी तरह का काम करने लगो, किसी से मिलो, किसी से वात-चीत करो, तो उससे पहले अपने हृदय में इस वात का अवश्य विचार कर लो कि—"इस वात अथवा काम के प्रकाशित होने में हम को कोई भय तो नहीं है? समय पड़ने पर हम इस बात या काम को विना किसी संकोच के सब के सामने प्रकाशित तो कर सकते हैं?" यदि इस प्रकार प्रत्येक कार्य करने से पहले अपने हृदय में विचार कर लिया करो तो तुम्हें इसका मधुर फल शीघ्र ही मालूम होने लगेगा। उस समय तुम जान सकोगी कि हम कोई भूल नहीं कर रही हैं, माया नहीं रच रही हैं, अपराध नहीं छिपा रही हैं। उस समय तमको मालूम होगा, तुम पर लोगों का कितना अधिक विश्वास बढ़ा है और तुम्हारा हृदय कितना अधिक ऊँचा हुआ है?

सरलता का यह अर्थ नहीं है कि तुम विल्कुल वुद्धू बनकर रहो। सरलता का विरोध छल कपट से है, चतुरता से नहीं। कपटी होना एक बात है, और चतुर होना दूसरी बात। तुम चतुर रहो, झटपट किसी की वातों में न आओ, अपने काम को हर तरह सफल वनाने का प्रयत्न करो। इस में कोई पाप नहीं है। पाप है दंभ में, मायाचार में। बस माया से बचो।

अपनी वात प्रगट करने का यह अर्थ नहीं है कि गृहस्थी की जो भी गोपनीय वात हो, सब प्रगट कर दो। घर की वहुत सी वातें ऐसी होती हैं, जो छिपाने की ही होती हैं। हर जगह घर का भेद खोल देने से भारी अनर्थ हो जाने की संभावना है। तुम स्वयं वुद्धिमती हो, समय और असमय का खयाल रखो। कोई समय छिपाने का होता है, और कोई समय छिपाने का नहीं भी होता।

यहाँ हमारे कहने का अभिप्राय इतना ही है कि माता पिता के सामने, आगे चलकर सास, सुसर या पति के सामने हरदम छिपाकर काम करना, और पूछने पर सही सही न बताना— यह गृहजीवन के लिए नितान्त पतन का मार्ग है। अतएव इन से बचने का प्रयत्न करना, हर एक स्त्री का परम कर्तव्य है।

---

## प्रेम भाव

यह दो अक्षरों का शब्द 'प्रेम' कैसा मधुर है ? मुख से प्रेम शब्द के निकलते ही कहने वाले की जीभ और सुनने वाले के कान मधुर हो जाते हैं। और सबसे मधुर हो जाता है—हृदय, जो कभी इस मधुरता को भूलता ही नहीं।

प्रेम का सुखप्रद अंकुर, पशु पक्षियों तक मे पाया जाता है। हिंसक सिंह आदि पशु भी अपनी सन्तान से प्रेम करते हैं। तुमने देखा है—खूँखार शेरनी भी अपने बच्चों को किस प्रेम के साथ दूध पिलाती है। तुमने कभी कुत्तिया को अपने बच्चों को दूध पिलाते देखा है ? दूध पिलाते समय कुतिया लेट जाती है, सब पिल्ले इकट्ठे होकर उसकी ओर दौड़ते हैं, कोई किधर से दूध पीता है तो कोई किधर से, कोई-कोई तो पेट तक पर चढ़ बैठते हैं। परन्तु कुतिया आनन्द से आँखे बन्द किए लेटी रहती है और दूध पिलाती है। गाय का अपने बच्चे के प्रति कितना प्रेम है ? वह अपने बच्चे को जीभ से चाटती जाती है, और साथ ही दूध भी पिलाती जाती है। कितना मधुर और महान् प्रेम का राज्य है ?

पुत्रियो, पशुओं की बात छोड़ो। तुम अपने घर में ही देखो न, तुम्हारी माता तुम से कितना प्रेम रखती हैं ? जब तुम बहुत छोटी बच्ची थीं, चारपाई पर ही लेटी रहती थीं, खबर है, तब तुम क्या करती थीं ? कपड़ों में मूत देती थीं, टट्टी फिर देती थीं तब तुम्हारी माता ही वह सब गन्दगी साफ करती थीं। कितने प्रेम से

पाला है तुम्हें ? यदि प्रेम न होता तो क्या तुम आज इतनी बड़ी होतीं ? नहीं, कभी की मरगई होतीं।

अब तुम इतनी सयानी होगई हो और अपना भला बुरा सब समझने लग गई हो, तो भी वह तुमको कितना प्यार करती है ? जब तुम घर पर नहीं होती, तो वह तुम्हारे लिए खाने, पीने और पहनने आदि की चीजे किस प्रकार बचाकर रख छोड़ती हैं। यह सब प्रेम की ही महिमा है। पशुओं का प्रेम अज्ञान मूलक होता है, और मानव जाति का ज्ञान मूलक। मानवजाति में भी बहुत से अज्ञान मूलक प्रेम करते हैं, परन्तु यदि विवेकज्ञान का सहयोग लिया जाय, तो प्रेम ससार के लिए एक अनमोल देन हो जाय।

हाँ, तो प्रेम मानवजाति के लिए एक महान् विशिष्ट गुण है विवेक पूर्वक प्रेम की उपासना करने वाला व्यक्ति कभी किसी प्रकार का दुःख पा ही नहीं सकता। जो कन्याएँ अपने हृदय को सदैव प्रेम की तरंगों से तरंगित रखती हैं, माता, पिता, भाई, बहन और अड़ोसी पड़ोसी सब पर निःस्वार्थ भाव से प्रेम भाव धारण करती हैं, वस्तुतः वे अतीव भाग्यशाली लड़कियाँ हैं। जो लड़कियाँ दूसरों को दुखी देखकर स्वयं दुःख अनुभव करती हैं, उनके दुख को दूर करने के लिए झटपट तैयार हो जाती हैं, समाज में उनका गौरव कितना बढ़ा-चढ़ा होगा, यह कुछ लिखकर बतलाने की बात नहीं है। सूर्य का प्रकाश अपने आप विश्व पर प्रकाशित हो जाता है।

यह संसार एक प्रकार का दर्पण है। तुम जानती हो, दर्पण से क्या होता है ? दर्पण के आगे यदि तुम हाथ जोड़ोगी तो वहाँ का प्रतिबिम्ब भी तुम्हे हाथ जोड़ेगा। और यदि तुम दर्पण को चाँटा दिखाओगी, तो वह भी अपने प्रतिबिम्ब के द्वारा तुम्हे चाँटा दिखाएगा। यह तो गुम्बद की आवाज है, जैसी कहे, वैसी सुने। यदि तुम सबके साथ प्रेम

का व्यवहार करोगी, तो वे सब भी तुमसे प्रेम का व्यवहार करेंगे। और यदि तुम घमंड मे आकर किसी प्रकार का दुर्व्यवहार कोगी, तो बदले में तुम्हें भी वही अभद्र व्यवहार मिलेगा। तुम देखती हो, जिन सहेलियों से तुम प्रेम करती हो। वे भी तुम से हार्दिक प्रेम करती हैं। और जिनसे तुम घृणा करती हो वे भी तुम से उसी प्रकार घृणा करती हैं। बुराई और भलाई बाहर नहीं, तुम्हारे अपने ही मन में है। भगवान महावीर का यह दिव्य सन्देश सदा याद रक्खो कि—"अपने अन्दर देखो।"

जब तुम किसी ग़रीब लड़की को देखकर उससे प्रेम करती हो तो वह भी तम्हारा आदर करती हुई तुम पर दुगुना स्नेह प्रगट करती है। और जब तुम उसे ग़रीब जानकर घृणा की दृष्टि से देखती हो, तब वह भी तुम्हारी बुराई करती हुई तुमसे नफ़रत करती है। निश्चित सिद्धान्त है कि जब भी कभी तुम किसी के प्रति अपने मन में वैर और डाह उठाओगी, तब उसके मनमें भी उसी प्रकार वैर और डाह उत्पन्न हो जायगा याद रक्खो—संसार एक दर्पण है।

प्यारी पुत्रियो, अब तुम प्रेमकी महिमा समझ गई होगी। पाठशाला की जितनी भी अध्यापिकाएँ हों सबके साथ प्रेम पूर्वक व्यवहार करो, पाठशाला की लड़कियों को अपनी बहन के समान समझो, घर पर माता, पिता, भाई बहन सबके साथ प्रेम पूर्वक बर्ताव करो, यहाँ तक कि घर के नौकर चाकरों के सुख दुःख का भी खयाल रक्खो। मुहल्ले की लड़कियों के साथ भी खूब हिल-मिल कर रहो। मुहल्ले की बड़ी बूढ़ी स्त्रियों का भी यथायोग्य आदर सम्मान करो। सब ओर अपने प्रेम की सुगन्ध फैला दो। नारी जीवन प्रेम की साक्षात् मूर्ति है। घृणा और द्वेष नरक है प्रेम और सद् व्यवहार स्वर्ग है। तम अपने प्रेम के बल पर घर को, मुहल्ले को, गाँव को और देश को स्वर्ग बना दो, स्वर्ग ! साक्षात् स्वर्ग !!

# अमृत-वाणी

परोपकार से मान मिलता है।
मान देने से मान मिलता है।
प्रामाणिक बातों से मान मिलता है।
नम्र स्वभाव से मान मिलता है।
टेक बनाए रखने से मान मिलता है।
बुद्धि-बल से मान मिलता है।
मान की चाह से मान दूर भागता है।

❀ ❀ ❀ ❀

जीवन में जो हृदय और बुद्धि का विकास करे, वही देव है!
जीवन में जो इच्छाओं का गुलाम होता है, वही नारकी है!
जीवन में जो विवेक का आचरण नहीं रखता, वही पशु है!
जीवन में जो दुःखी के प्रति सहानुभूति रखता है, वही मनुष्य है

❀ ❀ ❀ ❀

अपनी आत्मा का जो अभिमान नहीं रखता वह मनुष्य नहीं।
जो अपनी बुद्धि का विश्वास नहीं रखता, वह मनुष्य नहीं।
जो हितैषियों का परामर्श नहीं मानता, वह मनुष्य नहीं।

❀ ❀ ❀ ❀

[illegible] पर मोहित होना, मूर्खता है।
[illegible] पर मोहित होना, पामरता है।
[illegible] पर मोहित होना, अंधापन है।
[illegible] गुणों पर मोहित होना, जैनत्व है।

❀ ❀ ❀ ❀

आहार, निद्रा, भय और कामवासना बढ़ाने से बढ़ती है।
आहार के बढ़ने से बीमारी होती है।
निद्रा के बढ़ने से बुद्धि का नाश होता है।
भय के बढ़ने से बल की हानि होती है।
काम वासना के बढ़ने से मनुष्यत्व का नाश होता है।

गुणी जनों को देख कर प्रसन्न होना चाहिए।
गुणी जनों की आवश्यकताएँ पूरी करनी चाहिए।
गुणी जनों की संगति में बैठकर शिक्षा लेनी चाहिए।

प्रेम में पर्दा नहीं होता और पर्दे मे प्रेम नहीं होता।
मनुष्यों पर के प्रेम से परमात्मा पर प्रेम करना सीखो।

दुनिया अनुभव की पाठशाला है।
अपना घर भी विद्याशाला है।
भले-बुरे प्रसंग अपने शिक्षक हैं।

धर्म-सम्बन्धी विचार करना, धर्म जागरण है।
आत्म-सम्बन्धी विचार करना, धर्म जागरण है।
अपने कार्यों और विचारों की जाँच करना, धर्म जागरण है।

कुटुम्ब-जागरण क्या है?

कुटुम्बी मनुष्यों के सुख दुःख का विचार करना।
कुटुम्बा के प्रत्येक मनुष्य की आवश्यकता का विचार करना।
कुटुम्ब-सुधार के उचित साधनों का विचार करना।

---

: २० :

## हँसी दिल्लगी

हँसना, कोई बुरा काम नहीं है। मनुष्य की जिन्दगी में हँसना एक बहुत बड़ा गुण है। इतने बड़े विराट संसार में हँसना एक मनुष्य को ही आता है। और किसी पशु पक्षी को नहीं। क्या तुम ने कभी किसी गाय, भैंस आदि पशु को भी हँसते देखा है ? नहीं देखा होगा। पशु-पक्षी हँसना जानते ही नहीं। प्रकृति की ओर से यह अनुपम भेंट एक मात्र मनुष्य को ही मिली है।

वह मनुष्य ही क्या, जिसका मुँह हमेशा उदास रहता है। जो बात-बात पर मुँह चढ़ा लेता है बड़ बड़ाने लगता है, वह मनुष्य नहीं, राक्षस है। जिस के मुख पर सदा मन्द हास्य अठखेलियाँ करता रहता है, वही मनुष्य सच्चा मनुष्य है। वह जहाँ भी रहेगा, वहाँ निरन्तर आनन्द मंगल की वर्षा करता रहेगा।

परन्तु हँसने की भी कोई सीमा है। हँसने के साथ कुछ विवेक और विचार की भी आवश्यकता है। जिस हँसने में विवेक न हो, विचार न हो, वह कभी-कभी महान् अनर्थ का कारण बन जाता है। संसार के इतिहास में बहुत सी दुर्घटनाएँ ऐसी विवेक-रहित हँसी के कारण हुई हैं। महाभारत युद्ध की पृष्ठ भूमि में, यदि सूक्ष्म निरीक्षण से देखा जाय तो वीरांगना द्रौपदी की अनुचित हँसी ही छिपी मिलेगी। महाराज धृतराष्ट्र के पुत्र दुर्योधन को द्रौपदी ने हँसी से यही कहा था कि 'अन्धे के पुत्र अन्धे ही पैदा हुए।' बस उसी से महाभारत के खून की नदियाँ बह गईं।

हाँ, तो पुत्रियो ! किसी से हँसी दिल्लगी करते समय समझ बूझ से काम लो ! तुम्हारी हँसी दिल्लगी शुद्ध हो, उसमें गंदापन न हो, उससे किसी को हानि न हो । हँसी दिल्लगी स्वयं कोई खराब चीज नहीं है । वह जीवन के लिए आवश्यक गुण है । परन्तु हँसी दिल्लगी सीमा के अंदर रहकर ही करनी चाहिए । सीमा से बाहर कोई भी काम क्यों न हो उससे हानि ही होती है ।

हँसी दिल्लगी आनन्द के लिए की जाती है । अतः हँसी के लिए समय, और असमय का ध्यान रखना आवश्यक है। कभी ऐसा होता है कि सब के सामने हँसी करने से मनुष्य लज्जित हो जाता है और अपने मन में कीना रख लेता है । आगे चलकर उसका भयंकर परिणाम निकलता है । सामने का साथी प्रसन्न हो, अच्छी स्थिति में हो, तभी हँसी दिल्लगी आनन्द पैदा करती है । यदि वह किसी खराब स्थिति में हो, तो उस असमय की हँसी दिल्लगी से आनन्द के बदले क्रोध ही उत्पन्न होगा ।

बहुत सी लड़कियाँ अधिक चुलबुली होती हैं । वे अपनी साथिन लड़कियों की हमेशा हँसी उड़ाया करती हैं । किसी के रंग-रूप का हँसी करती हैं, तो किसी के चाल ढाल की हँसी करती हैं । किसी की चपटी नाक पर हँसती हैं, तो किसी की ऊँची नाक पर कह कहा लगाती हैं । यह आदत अच्छी नहीं है । किसी के काले रूप की, चपटी नाक आदि की हँसी करना बहुत असभ्यता का लक्षण है । तुम नहीं जानतीं, तुम्हारी हँसी से उन के दिल को कितनी अधिक चोट लगती होगी ? किसी का दिल दुखाना बहुत बुरा है ।

हँसी में किसी के गुप्त दोषों को कभी प्रकाशित मत करो । अगर किसी से कोई भूल होगई है, अपराध होगया है, तो

तुम्हें क्या अधिकार है कि उसे नीचा दिखाने के लिए हँसी करो। ऐसी हँसी अमृत की बजाय जहर बन जाती है। हँसी दिल्लगी में किसी से कभी कोई कड़वी बात भी मत कहो। तुम्हारी हँसी मधुर हो, उसमें प्रेम की खुशबू हो। देखना, उसमें कहीं द्वेष और घृणा की दुर्गंध न छुपी हुई हो।

अधिक हँसना भी अच्छा नहीं है। बहुत सी लड़कियाँ जब तब किसी से हँसी दिल्लगी किया करती हैं। न वे समय का ध्यान रखती है, और न व्यक्ति का। परन्तु नारी जीवन में इस प्रकार अमर्यादित हँसना शोभा नहीं देता। इस प्रकार हमेशा हर किसी के साथ हँसी करने से गंभीरता जाती रहती है। अधिक हँसोड़ लडकी सभ्य समाज में आदर नहीं पाती।

---

: २१ :

## तप

जहाँ अहिंसा, संयम और तप है वहीं धर्म है।
मन, वचन, शरीर से किसी को दुःख न देना अहिंसा है।
भोग की लालसाओं को वश में रखना, संयम है।
मन की वासनाओं को भस्म करने का उद्योग, तप है।

❀ ❀ ❀ ❀

लालसाओं को भस्म करने वाली आध्यात्मिक अग्नि तप है।
पूर्व कर्मों को जलाने वाली आध्यात्मिक अग्नि, तप है।

❀ ❀ ❀ ❀

उपवास, मिताहार, परिश्रम करके आहार करना तप है।
शरीर को आरामतलब न बना कर सादगी से रहना तप है।
गुरु जनो की विनय भक्ति करना, सेवा करना तप है।
उत्तम ग्रन्थों का स्वाध्याय करना, पढ़ना तप है।

❀ ❀ ❀ ❀

थोड़ा बोलने का अभ्यास करना बड़ा तप है।
विचार कर बोलने का अभ्यास करना बड़ा तप है।
दीन दुखी की सेवा, परोपकार करना बड़ा तप है।
अपनी भूलों को स्वीकार करना बड़ा तप है।
सदैव ज्ञानाभ्यास करना, ज्ञान की वृद्धि करना बड़ा तप है।
भगवत्स्वरूप का ध्यान चिन्तन करना बड़ा तप है।

❀ ❀ ❀ ❀

अपनी शक्ति और सामर्थ्य से बाहर उपवास नहीं करना चाहिए।
दूध पीते बालक की माता को उपवास नहीं करना चाहिए।
दुर्बल अजीर्ण के रोगी को उपवास नहीं करना चाहिए।

गर्भवती स्त्री को उपवास नहीं करना चाहिए।
लड़ झगड़ कर कलह में उपवास नहीं करना चाहिए।

❀ ❀ ❀ ❀

उपवास में क्रोध नहीं करना।
उपवास में अहंकार नहीं करना।
उपवास में निन्दा बुराई नहीं करना।

❀ ❀ ❀ ❀

उपवास में ब्रह्मचर्य अवश्य पालना।
उपवास में स्वाध्याय अवश्य करना।
उपवास में आत्मस्वरूपका विचार करना।

❀ ❀ ❀ ❀

उपवास मे पापों की आलोचना करना।
उपवास में भगवद्-भजन अवश्य करना।

❀ ❀ ❀ ❀

उपवास के दिन बनाव शृङ्गार नहीं करना।
उपवास के दिन सिनेमा नाटक नहीं देखना।
उपवास के दिन गंदे उपन्यास नही पढ़ना।
उपवास के दिन ताश आदि नहीं खेलना।

❀ ❀ ❀ ❀

उपवास करने से पहले गरिष्ठ भोजन नहीं करना।
उपवास करने से पहले अधिक भोजन नही करना।
उपवास करने से पहले चटपटा सुस्वादु भोजन नहीं करना।

❀ ❀ ❀ ❀

पारना के दिन हलका और थोड़ा भोजन करना।
पारना के दिन हर प्रकार का संयम रखना।
पारना के दिन एक प्रकार से अर्ध-उपवासी रहना।

❀ ❀ ❀ ❀

स्वर्ग आदि की लालच से उपवास नहीं करना।
देवी देवताओं की मनौती के लिए उपवास नहीं करना।
यश कीर्ति के लिए उपवास नहीं करना।
किसी भी मूल्य पर उपवास नहीं बेचना।

एक मात्र जीवन शुद्धि के लिए उपवास करना।

---

: २२ :

## ब्रह्मचर्य

आज तुम्हारे सामने एक बहुत बड़ा गहन और गम्भीर विषय उपस्थित है। जीवन का सच्चा आदर्श एक प्रकार से इसी विषय में है। यदि तुम ठीक-ठीक इस विषय को समझ सकी और आचरण में ला सकीं, तो तुम नारी जीवन की उत्तम पवित्रता को भली भाँति सुरक्षित रख सकोगी और भविष्य में एक महान आदर्श गृहलक्ष्मी बन सकोगी।

मानव जीवन बड़े अपूर्व पुण्य के उदय से प्राप्त हुआ है। स्वर्ग और मोक्ष का सच्चा द्वार यही मानव जीवन है जो मनुष्य मानव जीवन को सफल बनाता है, वही दुनियाँ के रंग मंच पर सफल खिलाड़ी माना जाता है। मानव जीवन का लक्ष्य भोग विलास नहीं है, भौतिक सुख नहीं है, विषय वासना नहीं है। मानव जीवन का लक्ष्य है—[illegible] जीवन, सदाचार का जीवन ब्रह्मचर्य का जीवन।

अभी तुम किया पढ़ती थी, 'अतएव [illegible] [illegible] लाभ करने के लिए ब्रह्मचर्य व्रत का पालन करना [illegible] आवश्यक है, ब्रह्मचारिणी के पवित्र चरण पर [illegible] [illegible] प्रेम से आकर आसन जमाती है और [illegible] [illegible] सारा जीवन आलोकित कर देती है। [illegible] [illegible] [illegible] को दूर भगाकर [illegible] से [illegible] [illegible] है और [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] जाता है।

[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

स्वर्ग आदि की लालच से उपवास नहीं करना।
देवी देवताओं की मनौती के लिए उपवास नहीं करना।
यश कीर्ति के लिए उपवास नहीं करना।
किसी भी मूल्य पर उपवास नहीं बेचना।

❀ ❀ ❀ ❀

एक मात्र जीवन शुद्धि के लिए उपवास करना।

---

: २२ :

## ब्रह्मचर्य

आज तुम्हारे सामने एक बहुत बड़ा गहन और गम्भीर विषय उपस्थित है। जीवन का सच्चा आदर्श एक प्रकार से इसी विषय में है। यदि तुम ठीक-ठीक इस विषय को समझ सकी और आचरण में ला सकी, तो तुम नारी जीवन की उच्चतम पवित्रता को भली भाँति सुरक्षित रख सकोगी और भविष्य में एक महान आदर्श गृहलक्ष्मी बन सकोगी।

मानव जीवन बड़े अपूर्व पुण्य के उदय से प्राप्त हुआ है। स्वर्ग और मोक्ष का सच्चा द्वार यही मानव जीवन है जो मनुष्य मानव जीवन को सफल बनाता है, वही दुनियाँ के रंग मंच पर सफल खिलाड़ी माना जाता है। मानव जीवन का लक्ष्य भोग विलास नहीं है, भौतिक सुख नहीं है, विषय वासना नहीं है। मानव जीवन का लक्ष्य है--आध्यात्मिक जीवन, सदाचार का जीवन ब्रह्मचर्य का जीवन ?

अभी तुम विद्या पढ़ती हो, अतएव ब्रह्मचारिणी हो विद्या-लाभ करने ने लिए ब्रह्मचर्य व्रत का पालन करना अत्यन्त आवश्यक है ब्रह्मचारिणी के पवित्र कण्ठ पर सरस्वती देवी बड़े प्रेम से आकर आसन जमाती है और ज्ञानके प्रकाश से सारा जीवन आलोकित कर देती है। ब्रह्मचर्य व्रत सब रोग शोकों को दूर भगाकर शरीर में बल बुद्धि का विकाश करता है और मुख मण्डल पर अपूर्व सौन्दर्य एवं तेज का प्रकाश डालता है।

भगवान महावीर ने ब्रह्मचर्य का महत्त्व बहुत ऊँचे शब्दों में वर्णन किया है—"ब्रह्मचर्य का पालन अतीव कठिन काम

है। जो साधक ब्रह्मचर्य का पालन करता है, उसके चरण कमलों में देव, राक्षस आदि भी नमस्कार करते है।,'

जैनधर्म में ब्रह्मचर्य की गणना साधु मुनिराजों के पाँच महा व्रतों में चौथे नम्बर पर है। 'और गृहस्थ के पाँच अणुव्रतो और बारह व्रतों में भी चौथा नम्बर है। वर्णन आता है कि ब्रह्मचर्य के प्रभाव से विष भी अमृत होजाता है धधकती हुई अग्नि भी शीतल बन जाती है। महारानी सीता ने अपने सतीत्व के प्रभाव से जलते हुए अग्नि कुण्ड को जल कुण्ड बना दिया था. याद है न ?

ब्रह्मचर्य दो प्रकार से पालन किया जाता है—एक पूर्ण रूप से और दूसरा देश रूप से। पूर्ण रूप से ब्रह्मचर्य पालन का अर्थ है - नियम धारण करने के बाद जीवन भर के लिए विषय वासना से अलग रहना। जैन साधु और साध्वियाँ यही प्रथम नम्बर का पूर्ण ब्रह्मचर्य पालन करती हैं। जैन साधु, स्पश भी न करेगा। दूसरी ओर जैन साध्वी, पुरुष को चाहे वह दूध पीने वाला बच्चा ही क्यो न हो, स्पर्श न करेगी ब्रह्मचर्य का इस प्रकार अखण्ड पालन, ब्रह्मचर्य महाव्रत कहलाता है।

देश रूप से ब्रह्मचर्य पालन का अर्थ है—देश से यानी खण्ड से ब्रह्मचर्य का पालन। यह गृहस्थ के लिए है। गृहस्थ अवस्था मे ब्रह्मचर्य का पालन पूर्ण रूप से जरा अशक्य है, अःत देश ब्रह्मचर्य का विधान किया है। जब तक गृहस्थ दशा में स्त्री पुरुप विवाह नहीं करते हैं, तब तक ब्रह्मचर्य पूरा पालन करना चाहिए। और जब विवाह बन्धन में बंधजाएं तब स्त्री अपने पति के सिवा और पुरुष अपनी पत्नी के सिवा ब्रह्मचर्य का पालन करता है। जैनधर्म का यह ब्रह्मचर्य विभाग, मनोविज्ञान की निश्चित शैली पर रक्खा है। जैनधर्म

आता है। माता पिता जिसके साथ विधिवत् विवाह करदें, वह पति है। सदैव पति की आज्ञा मे रहना, पतिकी सस्नेह भक्ति करना प्रत्येक सुशील लड़की का कर्तव्य है। यदि भाग्य-वश पति में कुछ त्रुटि हो तो हताश और उदास न होना चाहिए। बड़ी गंभीरता और चतुरता से त्रुटियों को दूर करने का प्रयत्न करना चाहिए। एक पति के सिवाय संसार के जितने भी पुरुष हैं, सबको पिता, भाई, और पुत्र के समान समझना। विवाहित होने के बाद सीता, द्रौपदी और अजंना आदि महा सतियों के आदर्श अपने सम्मुख रखने चाहिए।

विवाहित जीवन में स्त्री को किस प्रकार रहना चाहिए, इस सम्बन्ध में कुछ सुभाषितों पर चिन्तन मनन करना लाभप्रद होगा। सुभाषित जीवन पर गहरी छाप डालते हैं और जीवन भर आदर्श सूत्रों का काम देते हैं।

जो पति की सहचारिणी हो, वह पत्नी।
जो पति की सहायक हो, वह पत्नी।
जो पति के जीवन को उच्च बनावे वह पत्नी।
जो पति के सुख दुख में बराबर का भाग ले वह पत्नी।
जो पति के दोषों को नम्रता से सुधारे वह पत्नी।
जो पति के जीवन को सुखी करे, वह पत्नी।
जो पति को घरके झगड़ों से बचाए, वह पत्नी।

अलंकार और ठाट बाट की जो इच्छा करे, वह दासी
शरीर के भोगों की जो इच्छा करे, वह वेश्या।
पति के सुख की जो कामना करे, वह पत्नी।
पति की उन्नति के लिए जो आत्म—भोग दे, वह देवी।

: २३ :

## विलासिता

समय पलट गया है। और समय के अनुसार भारत की गति विधि भी पलट रही है। आज वह तप और त्याग का जीवन कहाँ है, जो भारत के लिए सदाकाल से गर्व की चीज रही है। आज न वह पहले की आध्यात्मिकता है और न वह सीधा सादा सरल जीवन है।

आज कल देश में विलासिता का बड़ा भयंकर जोर है। जिधर भी दृष्टि डालिए, उधर ही विलासिता का नंगा नाच दिखलाई पड़ता है। क्या बालक, क्या युवा, क्या बूढ़े सब विलासिता के प्रवाह में बहे जा रहे हैं। विलासिता का सबसे अधिक प्रभाव भारत की नारी जाति पर पड़ा है। वह सीता और द्रौपदी जैसा कर्मठ जीवन आज कहाँ है? आज तो नारी जाति में सब ओर तेल, फुलेल, इतर और साज शृङ्गार का बोल बाला है।

आज की नारी तितली बनने पर उतारू है। वह देश की देवी बनना नहीं चाहती है। प्रकृति के स्वयं सिद्ध सौन्दर्य पर विश्वास नहीं रहा है। अच्छे कपड़े और अच्छे गहने ही आज सौन्दर्य के प्रतिनिधि बन गए हैं। बड़े-बड़े शहरों में आज का नारी जीवन देख कर कौन कह सकता है कि यहाँ नारी गृह देवी हैं, प्रत्युत ऐसा भान होता है कि आज की भारतीय नारी का आदर्श वेश्याएँ बन रही हैं।

पुत्रियो, मैं तुम्हें प्रारंभ से ही सावधान कर देना चाहता हूँ। तुम्हें नारी जीवन के इस विनाशकारी प्रवाह का शीघ्र ही

रुख मोड़ना पड़ेगा। तुम अपने सीधे-सादे कर्मठ जीवन से विलासिता का परित्याग कर सादगी का सुन्दर आदर्श उपस्थित कर सकती हो। जैन धर्म का आदर्श शरीर नहीं है, शरीर पर का काला गोरा चमड़ा नहीं है, रंग-बिरंगे वस्त्र नहीं हैं और सोने चाँदी के जड़ाऊ गहने भी नहीं हैं। जैन धर्म का आदर्श तप और त्याग है। सेवा पूर्ण सीधा सादा कर्मठ जीवन ही जैन नारी का आदर्श है। वह स्वच्छता, सुन्दरता, शुद्धता से प्रेम करेगी, परन्तु वासना के बढ़ाने वाले फैशन को कदापि पास नहीं फटकने देगी।

क्या तुम समझती हो कि तुम अच्छे कपड़े और इतर फुलेल लगाकर दूसरी साधारण स्थिति की स्त्रियों को नीचा दिखाओगी? यदि तुम ऐसा समझती हो तो कहना पड़ता है कि तुम मूर्ख हो। इस प्रकार अमर्यादित शृङ्गार करना कभी किसी के महत्त्व का कारण नही हो सकता। यह निश्चित समझो कि किसी का गौरव इस कारण नहीं होता कि उसके पास अच्छे-अच्छे कपड़े हैं और वह अच्छा सुगंधित तेल लगाती है। गौरव के लिए अच्छे गुणों का होना आवश्यक है। संसार में सदा से सदाचार और सरल जीवन का ही आदर तथा गौरव होता आया है।

विलासिता स्वय एक महान् दुर्गुण है। यह मन में वासनाओं को बढ़ाता है। ब्रह्मचर्य और सतीत्व की भावनाओं को क्षीण कर देता है। विलासिता के साथ दूसरे अनेक दोष भी उत्पन्न हो जाते हैं। विलासी स्त्रियाँ प्रायः अकर्मण्य हो जाती हैं। कपड़े मैले न हो जायँ, बनाया हुआ शृङ्गार न बिगड़ जाय, इसी की चिन्ता उन्हें सदा बनी रहती है। कोई भी अच्छा सेवा का कार्य वे नहीं कर सकतीं। काम न करने से उनका स्वभाव आलसी हो जाता है। रोग आलस्य

का सगा भाई है। जो अपने सौन्दर्य के वहम में सदैव बनाव श्रृङ्गार करने में ही लगी रहती हैं, वे दूसरी भोली भाली स्त्रियों के जीवन में भी डाह और ईर्षा पैदा कर देती हैं। एक जगह की आग दूसरी जगह फैलती है। विलासी स्त्रियों के स्वभाव में अहंकार भरा हुआ होता है। और अहंकार से क्या होता है? कलह।

मेरे कहने का यह मतलब नहीं है कि तुम यों ही गंदी-संदी रहो। अच्छे कपड़े, और अच्छे गहने मत पहनो। सुन्दरता नारी जीवन की विशेषता है। उसपर लक्ष्य रखना ही होगा। परन्तु यह याद रक्खो, सुन्दरता पर लक्ष्य रखने की कोई सीमा होती है? अमर्यादित जीवन विनाश का कारण बनता है। अनावश्यक विलास के साधनों के लिए घर वालों को तंग मत करो। अनावश्यक विलासिता की ओर ध्यान देने से जीवन की शान्ति भंग हो जाती है, मन सदा चंचल रहता है, बुद्धि बेकार हो जाती है। जीवन अपने लिए भी और परिवार के लिए भी भार हो जाता है।

मानव-जीवन में अभ्यास का बहुत बड़ा महत्त्व है। मनुष्य जैसा अभ्यास करता है, वैसा ही बन जाता है। अगर तुम जीवन में कर्मठता का, तप और त्याग का अभ्यास करोगी, तो तुम उसी रूप में ढल जाओगी। अगर तुम नाजुक मिजाजी में पड़ कर विलासी जीवन अपना लोगी, तो उसी रूप में नाजुक बन कर रह जाओगी। परन्तु यह याद रक्खो, विलासिता जीवन का स्थायी अङ्ग नहीं है। यदि कभी तुम्हें किसी विपत्ति का सामना करना पड़े, तो उस समय क्या तुम अपना कर्तव्य पालन कर सकोगी? विलासी जीवन विपत्ति की चोट को जरा भी सहन नहीं कर सकता। मनमें आवश्यकता से अधिक भोग बुद्धि रखना, अपनी स्थिति से

बढ़कर बाह्य प्रदर्शन करना, अनावश्यक भोग-साधनों की ओर झुकाव रहना ही विलासिता है। यदि तुम हृदय से अपनी, अपने देश की, अपने समाज की और अपने परिवार की भलाई चाहती हो तो शीघ्र ही इस विलासिता राक्षसी को अपने तन-मन में से निकाल बाहर करो।

: २४ :

## रोगी की सेवा

सेवा परम धर्म है। सेवा के बराबर न कोई धर्म हुआ और न कभी होगा। जो मनुष्य रोगी की सेवा करता है, वह एक प्रकार से भगवान की ही सेवा करता है।

भगवान महावीर से एक बार गौतम स्वामी ने पूछा कि—"भगवन्! एक भक्त आपकी सेवा करता है और दूसरा दीन दुखी रोगी की सेवा करता है, दोनों में कौन धन्य है?"

भगवान महावीर ने उत्तर दिया—"गौतम, जो दीन दुखी रोगी की सेवा करता है, वह धन्य है। जिनेन्द्र भगवान की सेवा उनकी आज्ञाओं के पालन में है। और उनकी आज्ञा दुःखित जनता की सेवा करना है।"

ऊपर के सम्वाद से यह सिद्ध हो जाता है कि रोगी की सेवा, भगवान की सेवा के बराबर है। एक दृष्टि से तो भगवान की सेवा से भी बढ़ कर है। दया मनुष्यता का चिह्न है। जिसके हृदय में दया नहीं, वह मनुष्य, मनुष्य नहीं, पशु है। और फिर घर के बीमारों की सेवा करना, दया ही नहीं, कर्तव्य है। जिस मनुष्य ने समय पर अपने आवश्यक कर्तव्य को पूरा नहीं किया, वह जीवन में और क्या भला काम करेगा?

बहुत सी लड़कियाँ रोगी की सेवा से जी चुराती हैं। जब कभी कोई घर में बीमार पड़ जाता है तो दूर दूर रहती हैं, पास नहीं आती हैं। यह आदत बड़ी खराब है। जैन धर्म में इस प्रकार सेवा करने से जी चुराने को पाप बताया है।

जैन धर्म का आदर्श ही सेवा है। वह तो साधारण पशु पक्षी और कीड़े मकोड़े तक की सेवा और रक्षा के लिए उपदेश देता है। भला जो मनुष्य की, और वह भी अपने घर वालों की सेवा नहीं कर सकतीं, वह पशु पक्षियों और कीड़े मकोड़े की कहाँ रक्षा करेंगी ? उनकी दया कैसे पालेंगी ?

जब भी समय मिले, रोगी के पास बैठो। समय क्या मिले, समय निकालो। यदि रोगी घबराता हो तो, मीठे वचनों से तसल्ली दो। जब देखो कि रोगी बहुत घबरा रहा है तो कोई अच्छा सा धार्मिक विषय छेड़ दो, कोई अच्छी सी धार्मिक कथा सुनाओ। धार्मिक बातें सुनने से आत्मा में शान्ति और बल बढ़ता है, तथा रोगी का मन भी अपनी व्याधि पर से हट कर अच्छे विचारों में लग जाता है।

रोगी के लिए स्वच्छता का बहुत ध्यान रक्खो। रोगी के आस पास जरा भी गंदगी नहीं रहनी चाहिए। कपड़े गंदे और मैले हों आस पास गंदगी हो, तो रोग दूर होने के बजाय अधिक बढ़ जाता है। और आने जाने वाले डाक्टर आदि सज्जनों को भी घृणा होती है।

औषधि का बराबर खयाल रखना चाहिए। औषधि को खूब यत्न से स्वच्छ स्थान में रखने का और नियमित समय पर देने का ध्यान रखो। कौन औषधि कैसी है, किस समय पर देनी है, किस पद्धति से देनी है ?—इत्यादि सब जानकारी लिख कर अपने पास रखो। औषधि की शीशी पर औषधि का नाम लिख दो और खुराकों की संख्या चिह्नित कर दो। बहुत सी बार औषधियों की उलट पलट से बड़ा अनर्थ हो जाता है। एक गाँव की घटना है कि एक लड़का बीमार पड़ा, गले पर गिल्टी निकली और ज्वर भी हो आया। डाक्टर ने दोनों रोगों के लिए दो अलग अलग औषधियाँ

दे दीं। अनपढ़ माता भूल गई। उसने गिल्टी पर लगाने वाले तेल को पिला दिया और पीने का अर्क गिल्टी पर चुपड़ दिया। तेल में विष था, एक ही घंटे में लड़का परलोक वासी हो गया। जरा सी भूल ने कितना अनर्थ कर दिया।

रोगी की सेवा करते-करते यदि बहुत दिन हो जायँ, तो भी घबड़ाना उचित नहीं है। विपत्तिकाल ही परीक्षा का सबसे उचित अवसर है। यदि लंबी बीमारी के समय तुम धीरज खो बैठीं और रोगी की सेवा से जी चुराने लगीं, तो फिर तुम कुछ भी न रहोगी। तुम्हारा हृदय प्रेम से सूखा हो जायगा, किसी काम का न रहेगा। फिर तुम किसी भरे पूरे परिवार में गृह-लक्ष्मी बन कर न रह सकोगी। सेवा ही नारी जीवन की सफलता का मूल मंत्र है।

: २५ :

## निन्दा

संसार में जितने भी पाप हैं, सबमें बड़ा पाप निन्दा है। निन्दक मनुष्य व्यर्थ ही दूसरों की निन्दा करता है, अपना अमूल्य समय गँवाता है, अपने हृदय को कलुषित करता है।

भगवान महावीर ने कहा है कि—'निन्दा बहुत खराब चीज है। निन्दा करने वाला, मनुष्य की पीठ का मांस खाता है। अर्थात् किसी की पीठ पीछे निन्दा करना, एक प्रकार से उसका पीठ का मांस ही नोचकर खाना है।" कितना जघन्य पाप है?

एक जैनाचार्य तो निन्दा की अतीव कठोर शब्दों में निन्दा करते हैं। उनका कहना है कि—"निन्दा करने वाला सूअर का साथी होता है। जिस प्रकार सूअर उत्तम मिष्टान्न को छोड़ कर विष्ठा खाकर प्रसन्न होता है, उसी प्रकार निन्दा करने वाला मनुष्य भी हजार गुणों को छोड़कर केवल दुर्गुणों को ही अपनी जिह्वा पर लेता है। यह एक प्रकार से दूसरे की विष्ठा का ही खाना हुआ!"

आजकल नारी जाति में यह दुर्गुण विशेष रूप से फैला हुआ है। क्या शहर, क्या गाँव, क्या घर, क्या धर्म स्थान सब जगह स्त्रियाँ जब कभी एक साथ मिलकर बैठती हैं, तो वे किसी अच्छी बात पर विचार चर्चा नहीं करतीं। क्या शुभ कार्य करना चाहिए, किसी की क्या सहायता करनी चाहिए, किसका क्या सद्गुण अपनाना चाहिए, कौनसा काम करने से भलाई होगी—इन बातों को वे कभी भूलकर भी नहीं सोचतीं।

आजकल की नारी की दृष्टि, दूसरों के गुणों पर नहीं, दुर्गुणों पर है। वह खरे सोने में भी खोट ही खोजा करती है। गुण कीर्तन के स्थान में दोषोद्घाटन् करना ही, उसकी विशेषता है। अमुक स्त्री फूहड है, झगडालू है। उसका चाल चलन रही है। वह सब से बोलती है, हँसती है। वह काली है, उसकी नाक बैठी हुई है। देखो न, वह है तो ग़रीब, पर किस प्रकार बनठन कर रहती है। उसे कुछ सलीका नहीं है, वह तो रोटी भी नहीं बना सकती—इस तरह बिना मतलब की बातें घण्टों बैठकर किया करती हैं। मालूम नहीं, इन बातों से वे क्या लाभ सोचती हैं ?

स्त्रियों का हृदय छोटा होता जा रहा है। प्रायः वे किसी सुनी हुई बात को अपने हृदय में पचा नहीं सकतीं। अस्तु जब कभी कोई स्त्री किसी की आलोचना करती है, तो सुनने वाली स्त्री उससे जाकर कह देती है—"वहाँ तुम्हारी बाबत में अमुक स्त्री यों कह रही थी।" बस फिर क्या है, कलह का सूत्रपात हो जाता है। आपस में वह जमकर लड़ाई होती है कि सारा मुहल्ला उनके सद्गुणों से परिचित हो जाता है। आपस के मर्म खुलते हैं, पीढ़ियों की कीचड़ उखाड़ी जाती है, सब ओर बदनाम हो जाती हैं। एक कलह से दूसरे कलह उत्पन्न होते हैं। और इस प्रकार कलह की एक मजबूत शृंखला कायम हो जाती है।

पुत्रियो, तुम अभी जीवन क्षेत्र में प्रवेश ही कर रही हो। तुम अभी से इन दुर्गुणों की बुराई को समझलो और इनसे बच कर रहो। अपने हृदय को ऊँचा बनाने का प्रयत्न करो। जो लड़कियाँ इस प्रकार निन्दा बुराई के फेर में पड़ जाती हैं, उनका हृदय कभी उन्नत नहीं हो सकता वे कभी कोई अच्छी बात सोच ही नहीं सकतीं। अपने प्यारे से प्यारे

व्यक्ति में भी वे दोष ही ढूँढा करती हैं। माता हो, पिता हो, भाई हो, बहन हो, भाभी हो, सहेली हो, कोई भी क्यों न हो, वे सब में दोष खोजती हैं और निन्दा करती हैं। आगे चलकर ससुराल में उनका यह दुर्गुण और बढ़ जाता है। रात दिन सास, ससुर, ननद और पति आदि के दोष देखना और उनकी शिकायत करना ही उनका काम हो जाता है। ऐसी लड़कियों से सारा परिवार तंग आजाता है। अतः किसी की निंदा मत करो, किसी से घृणा और द्वेष मत करो। निंदा हृदय को जलाने वाला दुर्गुण है। यह दोनों ओर आग लगाता है।

अगर कभी तुम्हें पता लगे कि अमुक स्त्री में या अमुक व्यक्ति में कोई दोष है, तो सहसा निंदा मत करो। यदि तुम अपने को इस योग्य समझो, तो उसके पास जाकर, या उसे अपने पास बुलाकर एकांत में उसे समझा दो। दोष दूर करने का प्रयत्न हो, न कि किसी को बदनाम करने का। ऐसा करने से तुम्हारा हृदय उन्नत होगा, समाज में तुम्हारी प्रतिष्ठा होगी। सब का कल्याण चाहो। किसी की बुराई मत करो। कर भला होगा भला। निन्दा न करने वाला व्यक्ति सबका मित्र होता है।

: २६ :

## आदर्श सभ्यता

जब किसी बड़े से बोलो, तो नाम लेकर न बोलो। श्रीमान्‌जी, पण्डितजी, सेठजी, बाबाजी, पिताजी, चाचाजी, भाईजी तथा दादीजी, अम्माजी, चाचीजी, बहनजी आदि योग्य शब्दों से बोलो।

❀ ❀ ❀ ❀

झल्लाकर, त्यौरी चढ़ाकर, गाली देकर बोलना मूर्खता का लक्षण है। जब भी किसी से बोलो, प्रसन्न मुख से मिठास के साथ बोलो।

❀ ❀ ❀ ❀

बैठे-बैठे तिनके तोड़ा करना, जमीन कुरेदना, उँगलियाँ चटकाना, भोजन करते समय जमीन पर हथेली टिकाकर बैठना, माथे पर हाथ लगाकर बैठना, आँटी डाल कर सोना, चलते हुए खाना, दो आदमियों की बातों में अनधिकार बोलना—ये सब भयङ्कर दुर्गुण हैं। इनसे ध्यान पूर्वक छुटकारा पाने का प्रयत्न करो।

❀ ❀ ❀ ❀

थाली में भोजन उतना ही लेना चाहिए, जिससे जूठन न डालनी पड़े। जीमनवार आदि किसी भी प्रसंग पर भोजन के लिए 'लाओ लाओ' का हल्ला नहीं मचाना चाहिए। यदि कोई अभीष्ट वस्तु माँगनी हो तो बहुत विनम्र और धीमे स्वर से माँगनी चाहिए।

❀ ❀ ❀ ❀

किसी से बात चीत करते समय 'हाँ' या 'ना' के स्थान पर 'जी हाँ' 'जी नहीं' आदि बहुत मधुर और शिष्ट शब्दों का प्रयोग करो।

❀ ❀ ❀ ❀

जब कभी गुरुदेव या और कोई अपने से बड़ा पूज्य पुरुष तथा पूज्य देवी अपने यहाँ आवें तो उनको झटपट खड़े होकर सम्मान दो और यथा योग्य विधि से वन्दन करो।

चलते समय ध्यान रखो कि पैरों से धूल न उड़े। और यदि उड़ती हो तो हवा के रुख को देखकर चलो, जिससे वह उड़कर पास के दूसरे सज्जनों पर न गिरे।

❀ ❀ ❀ ❀

थूकते समय या कुल्ली करते समय हवा के चलने का ध्यान रखो। कहीं ऐसा न हो कि तुम्हारी असावधानी से झूठा जल दूसरों पर जा गिरे।

❀ ❀ ❀ ❀

कपड़े हमेशा साफ सुथरे पहनों। कम कीमत के और मोटे भले ही हों, किन्तु साफ हों। अधिक तड़क भड़क के रेशमी या मखमली कपड़े भी उचित नहीं हैं।

❀ ❀ ❀ ❀

किसी से कोई वस्तु लेकर मज़ाक में भी उसे लौटाते समय फैंकना नहीं चाहिए। जिस प्रेम और सद्‌भावना से वस्तु ली गई थी, उसी प्रेम और सद्‌भावना से लौटाओ भी।

❀ ❀ ❀ ❀

लिखते समय कलम, हाथ और कपड़ों को स्याही से लतपत न होने दो। कलम को साफ करने के लिए अपने हाथ पैरों में और सिर के बालों में मत पूँछो। कलम में स्याही अधिक भरजाय, तो उसे इधर उधर मत छींटो। इन

सब कामों के लिए एक अलग वस्त्र का टुकड़ा रक्खो।

सोते हुए मनुष्य के पास इतने जोर से पैर पटक कर न चलो फिरो, जिससे उसकी नींद उचट जाए। सोने वाले के पास बैठकर ऊँची आवाज से हँसना या बोलना भी नहीं चाहिए।

जिस किसी आदमी से जो चीज माँग कर लाओ, ठीक समय पर उसे वापस लौटा दो। बार-बार माँगने पर यदि वापस लौटाई तो तुम्हारी सचाई कहाँ रही?

किसी से बात चीत करते समय 'हाँ' या 'ना' के स्थान पर 'जी हाँ' 'जी नहीं' आदि बहुत मधुर और शिष्ट शब्दों का प्रयोग करो।

❀ ❀ ❀ ❀

जब कभी गुरुदेव या और कोई अपने से बड़ा पूज्य पुरुष तथा पूज्य देवी अपने यहाँ आवें तो उनको झटपट खड़े होकर सम्मान दो और यथा योग्य विधि से वन्दन करो।

चलते समय ध्यान रखो कि पैरों से धूल न उड़े। और यदि उड़ती हो तो हवा के रुख को देखकर चलो, जिससे वह उड़कर पास के दूसरे सज्जनों पर न गिरे।

❀ ❀ ❀ ❀

थूकते समय या कुल्ली करते समय हवा के चलने का ध्यान रखो। कहीं ऐसा न हो कि तुम्हारी असावधानी से झूठा जल दूसरों पर जा गिरे।

❀ ❀ ❀ ❀

कपड़े हमेशा साफ सुथरे पहनो। कम कीमत के और मोटे भले ही हों, किन्तु साफ हों। अधिक तड़क भड़क के रेशमी या मखमली कपड़े भी उचित नहीं हैं।

❀ ❀ ❀ ❀

किसी से कोई वस्तु लेकर मजाक में भी उसे लौटाते समय फैंकना नहीं चाहिए। जिस प्रेम और सद्भावना से वस्तु ली गई थी, उसी प्रेम और सद्भावना से लौटाओ भी।

❀ ❀ ❀ ❀

लिखते समय कलम, हाथ और कपड़ों को स्याही से लतपत न होने दो। कलम को साफ करने के लिए अपने हाथ पैरों में और सिर के बालों में मत पूँछो। कलम में स्याही अधिक भरजाय, तो उसे इधर उधर मत छींटो। इन

सब कामों के लिए एक अलग वस्त्र का टुकड़ा रक्खो।

सोते हुए मनुष्य के पास इतने जोर से पैर पटक कर न चलो फिरो, जिससे उसकी नींद उचट जाए। सोने वाले के पास बैठकर ऊँची आवाज़ से हँसना या बोलना भी नहीं चाहिए।

जिस किसी आदमी से जो चीज माँग कर लाओ, ठीक समय पर उसे वापस लौटा दो। बार-बार माँगने पर यदि वापस लौटाई तो तुम्हारी सचाई कहाँ रही?



: २७ :

## मधुर भाषण

मानव-जीवन में मधुर भाषण की बड़ी महिमा है। जिस मनुष्य की वाणी में मिठास होता है, वह संसार पर अपना अधिकार कर लेता है। मीठी बोली से शत्रु भी मित्र हो जाया करते हैं।

आप जानती हैं कोयल सबको क्यों प्यारी लगती है? कोयल बहुत मधुर और कोमल बोलती है, इस लिए वह सबको प्यारी लगती है। आप जानती हैं, कौआ क्यों सबको बुरा लगता है? कौआ बहुत कठोर तथा कर्कश बोलता है, इसलिए वह सब को बुरा मालूम देता है। तभी तो एक कवि ने कहा है-

कागा किस का धन हरे?
कोयल किसको देय?
मधुर वचन के कारणे,
जग अपना कर लेय !!

आप भारत माता की संतान हैं, देश की सुपुत्रियों में आप की गणना है। आप के लिए तो मिष्ट भाषण की बड़ी ही आवश्यकता है। मनुष्य के हृदय की अनमोल वस्तु प्रेम है। और इस प्रेम को दूसरे पर प्रगट करने का साधन मिष्ट भाषण मिष्टभाषी मनुष्य, जो कार्य बातों से निकाल लेते हैं, वह दूसरे पैसा खर्च करके भी नहीं निकाल सकते। मधुर भाषण वास्तव में एक विलक्षण जादू है, जिसकी तुलना में ससार का कोई भी जादू ठहर नहीं सकता।

मधुर भाषण करने वाली लड़की से, उसके सब कुटुम्बी

रिश्तेदार और अड़ोसी पड़ोसी बड़े प्रसन्न रहते हैं। [illegible]
के घरों की बालिकाएँ बार बार उसके पास आती हैं [illegible]
उसके सुख दुःख में सहानुभूति दिखलाती हैं। एक बार [illegible]
भी व्यक्ति उस से मिल लेता है, वह फिर जीवन भर उसे नहीं
भूलता। ऐसी लड़की जहाँ भी जाती है, सम्मान पाती है। [illegible]
स्त्री और क्या पुरुष सबके सब उससे प्यार करते हैं [illegible]
प्रशंसा करते हैं, और उसकी बढ़ती मनाते हैं। वह [illegible]
अपने प्रेम और स्नेह की दुनिया को विस्तृत करती [illegible]
जाती है।

जिस नारी के कण्ठ में माधुर्य होता है, उसके [illegible]
शान्ति का राज्य रहता है। और यदि कभी किसी [illegible]
अशान्ति होती भी है तो ज्यों ही नारी की मिष्ट [illegible]
वीणा का बजना प्रारंभ होता है त्यों ही वह प्रशान्त [illegible]
हो जाती है और उसके स्थान मे सुख शान्ति का मधुर [illegible]
मारने लगता है। भगवान महावीर की माता कितना [illegible]
बोलती थी? भगवान महावीर की शिष्या चन्दन बाला [illegible]
वाणी मे कितनी अधिक मिठास थी!? उसने छत्तीस हजार
आर्याओं के संघ पर शासन किया था। उसकी मधुर [illegible]
विरोधियों के हृदय को भी मधुर बना देती थी।

कर्कश और कठोर भाषण करने वाली स्त्रियाँ, ठीक इसके
विरुद्ध होती हैं। वे सदा मुँह चढ़ाए भूखी शेरनी की तरह
झुँझलाती फिरा करती है। क्या बच्चों से और क्या बड़ों से
सबके साथ दुर्वचन बोलती हैं, और अपने निकट के प्रेमियों
को भी शत्रु बना लेती हैं। उनसे कोई बोलना नहीं चाहता।
उनके पास कोई जाना नहीं चाहता। उनकी कर्कश वाणी के
कारण, प्रायः घर और बाहर वाले, उसकी अमंगल कामना
किया करते हैं। कठोर बोलने वाली स्त्री शूर्पनखा होती है।

अधिक क्या कहा जाय ? संक्षेप में मिष्ट भाषी और कठोर भाषी लड़की में इतना ही अन्तर है कि जहाँ एक, घर को नंदनवन बना कर उसमें मधुर मनोरम तान भरती है, तो दूसरी, घरको उजाड़ बनाकर उसे लड़ाई झगड़े का अखाड़ा बना देती है। कहो, पुत्रियो ! तुम किस प्रकार की होना चाहती हो ? तुम्हारी आत्मा नंदनवन में रहना चाहती है, या उजाड़ में ? नन्दन वन को चाहती हो, तो मधुर बोलो - मधुर, मधुर, सदा मधुर !

जो बात हो सही हो, अच्छी हो अरु भली हो !
कड़वी न हो, न झूठी मिसरी की सी डली हो !!

---

: २८ :

# निर्भयता

भय, बड़ी खराब चीज है। जो आदमी बात-बात पर भय करता है, डरता है समझ लो, उस से अपने जीवन में कुछ बड़ा काम नहीं होने का। भय तो मनुष्य के मन का घुन है। यह घुन अंदर ही अंदर मनुष्य के उत्साह, जोश, और सेवा आदि अच्छे गुणों को चबा डालता है। फिर वह संसार में किसी भी काम का नहीं रहता।

आजकल पुरुषों की अपेक्षा स्त्रियों में भय की भावना अधिक है। ज़रा-जरा सी बात पर स्त्रियाँ भय से काँपने लगती हैं और धीरज खो बैठती हैं। तभी तो जब कोई लड़का डरता है तो लोग कहा करते हैं कि—"अरे तू लड़का है या लड़की? इतना डरता है? तू ने तो लड़कियों को भी मात कर दिया।" इस बात का यह निचोड़ है कि—"लड़कियाँ डरा करती हैं. डरना उनका स्वभाव हो गया है।" अस्तु, पुत्रियो! तुम्हें नारी जाति पर से यह कलंक दूर करना होगा, निर्भय बनना होगा। जब तक भारत माता की लाड़ली पुत्रियाँ निर्भय नहीं बनेंगी, वीर नहीं बनेंगी, तब तक भारत माता का गौरव किसी भी प्रकार बढ़ नहीं सकता।

बहुत सी लड़कियाँ बड़ी डरपोक होती हैं। घर में एक कमरे से दूसरे कमरे में जाने से डरती हैं, अकेली सोने से भी डरती हैं, दीपक बुझ जाने पर डरती है, किसी साधु संत को देखने से डरती हैं, कुत्ता भौंके तो भी डरती हैं, और तो क्या चूहिया के बच्चे से भी डरती हैं। भला ऐसी डरपोक लड़कियाँ,

अपनी जिन्दगी में क्या कभी कोई साहस का काम भी करेंगी? बात-बात पर डरना और रोना जिन का स्वभाव बनता जा रहा है, वे संकट काल में अपने परिवार की और अपनी रक्षा कर सकेंगी, यह सर्वथा असंभव है।

मैं डरपोक लड़कियों से कह देना चाहता हूँ कि "तुम जल्दी से जल्दी डरपोक पन की आदत छोड़ दो। अगर तुम ने डरना नहीं छोड़ा, और निडर न बनीं, तो याद रखो— आज की दुनिया में तुम किसी काम की न रहोगी। घर में भीगी बिल्ली बन कर दुबके रहना, क्या कोई अच्छी जिन्दगी है?"

मै नही समझता—"आखिर डरने की बात क्या है? चूहिया बड़ी है या तुम बड़ी हो? कीड़े मकोड़ों में अधिक बल है या तुम में? कुत्ते बिल्ली में अधिक बुद्धि है या तुम में? किसी समय दीपक बुझ गया तो इस में क्या हुआ? अंधेरा हमें खा तो नहीं जाता? तुम इतनी डरपोक क्यों हो? तुम में खूब हिम्मत होनी चाहिए।"

भारत वर्ष की देवियाँ बड़ी निडर और बहादुर हुई हैं। रानी दुर्गा ने आक्रमणकारी यवन राक्षसों को मार भगाया था। झाँसी की रानी ने युद्ध में अंग्रेजों के दाँत खट्टे कर दिए थे। सीता जी और द्रौपदी जी अपने पति के साथ कैसे भयानक सूने वनों में रहीं। सीता जी को जब राक्षस रावण चुरा कर ले गया, तब वह कितनी निडर रही थीं? रावण ने बहुत डराया-धमकाई फिर भी सीता जी उसे खुले दिल से फटकार बताती रही। भरत की पुत्रियाँ धर्म पर अपने प्राण निछावर करती रही हैं। चित्तौड़ की वीर नारियों ने आग में जिन्दा जल कर मर जाना अच्छा समझा, परन्तु मुसलमान गुण्डों के द्वारा अपना धर्म नष्ट नहीं होने दिया।

तुम जैन हो। जानती हो, जैन धर्म में भय करना कितना बुरा बताया गया है? जो आदमी बात-बात पर डरता है, भय खाता है, वह जैन कहलाने का भी अधिकारी नहीं है। भगवान महावीर ने कहा है—"न तुम भूत प्रेत से डरो, न जादू टोने से डरो, न मृत्यु से डरो और न किसी अन्य चीज़ से डरो। जब तक तुम्हारा पुण्य है, जीवन है, तब तक तुम्हारा कोई बाल भी बाँका नही कर सकता।" जैन का अर्थ ही जीतने वाला है, वह डरेगा किस से? जैन और किसी चीज़ से नहीं डरता। वह डरता है केवल एक पाप से, बुराई से।

तुम हमेशा लड़की ही तो न रहोगी, बड़ी बनोगी न! जब तुम बड़ी बनोगी, तब तुम पर बहुत जबाबदारियाँ आएँगी। कभी घर पर अकेली भी रहना होगा, कभी बाहर दूर देशकी मुसाफिरी भी करनी पड़ेगी, कभी किसी संकट का भी सामना करना होगा। अगर तुम निर्भय और बहादुर रहोगी तो संकटों और झंझटों को पार कर जाओगी। अन्यथा रो-रो कर आँसू बहाओगी, तुमसे कुछ भी काम समय पर न हो सकेगा।

जो लड़कियाँ दब्बू और डरपोक होती हैं, गुंडे लड़के उन्हें छेड़ते हैं। कभी-कभी मुसलमान गुंडे तो बहुत ही तंग करते हैं। जो लड़की निडर, बेधड़क और वीर होती हैं, उनसे गुंडे भी डर जाते हैं और दूर रहते हैं। यदि कभी कोई गुंडा बदमाशी करता भी है, बहादुर लड़कियाँ उसकी वह मरम्मत करती हैं कि गुंडे की अकल ठिकाने आजाती है। फिर वह कभी किसी भली लड़की को छेड़ने का साहस नहीं करता। तुम वीर बनो। दुर्गा और झाँसी की रानी बनो। सीता और द्रोपदी जैसा तुम्हारा तेज हो। तुम जहाँ भी रहो वहीं बड़ों के आगे भोली भाली गैय्या और विरोधी गुंडों के आगे भयंकर शेरनी बन कर रहो।

# अन्न पूर्णा

आज तुम्हें एक बहुत अच्छी बात बतानी है। अगर तुम इस बात का खयाल रक्खोगी, तो बहुत भली और चतुर लड़की कहलाओगी। सब लोग तुम्हारी प्रशंसा करेंगे। माता, पिता, भाई, बहन, अड़ोसीन-पड़ोसीन सब तुमसे प्रेम करेंगे।

वह बात यह है कि जब कभी तुम्हें कोई अच्छी चीज खाने को मिले, तो कभी अकेली न खाओ। अकेले खाना, बहुत बड़ा पाप है। अकेले आप ही सबका सब खाजाना, राक्षसों का काम है। कोई भी भला आदमी चुप-चाप छुपा कर अकेला नही खा सकता।

अगर तुम्हें आदमी बनना है और इज्जत की जिन्दगी से जीना है तो पहले सब छोटे बड़े भाई बहनों को बाँट कर पीछे से बचा हुआ खुद खाओ। और यदि तुम्हें आदमी नहीं बनना है, इज्जत की जिन्दगी से नहीं जीना है, तो तुम जैसा चाहो करो। अकेली चुप-चाप छुपाकर खाओ, या छीन कर खाओ। पर समझ लो, यह बहुत बुरा काम है।

भगवान महावीर ने कहा है कि—"जो अकेला खाता है, साथ वालों को बाँट कर नही खिलाता है, वह कभी भी मोक्ष प्राप्त नहीं कर सकता।" दशवैकालिक सूत्र।

भारत वर्ष के प्रसिद्ध कर्म योगी कृष्ण चन्द्र जी ने भी कहा है—"जो भोजन आस पास में रहने वाले लोगों को बाँट कर खाया जाता है, वह अमृत होता है। जो आदमी बाँट कर नहीं खाता है, अकेला खाता है, वह पाप खाता है।

बाँट कर खाने वाले के सब पाप नष्ट हो जाते हैं, वह परमात्मा के पद को पा लेता है।"—गीता।

तुम लड़कियाँ हो। जानती हो,—तुमको शास्त्रों में घर की लक्ष्मी कहा है। लक्ष्मी का मन उदार होना चाहिए। अगर लक्ष्मी का मन छोटा हो जाय, तो कितना अनर्थ हो? स्त्री को चौके की मालकिन बनना है, अन्नपूर्णा बनना है। अपने हाथों भोजन बनाना है, और सब को बिना किसी भेद भाव के एक जैसा परोसना है। भोजन परोसने वाली नारी को यह खयाल नहीं रखना है कि मेरे लिए भी कुछ बचता है या नहीं? वह तो एक दाना भी रहेगा, तब तक भी चौके में भोजन करने आने वालों को प्रसन्न भाव से देती रहेगी। वही सच्ची गृहलक्ष्मी कहलाती है। इसलिए तुम प्रारम्भ से ही मन को उदार रखने की आदत डालो। जो मिले उसे बाँट कर खाओ। कभी भी छुपाकर या चोरी से अकेले खाने का विचार मन में मत लाओ।

किसी घर में धन वैभव का भंडार और लक्ष्मी का निवास तभी होता है जब उस घर की लड़कियाँ और बहुएँ दिल की उदार होती हैं। जब घर की नारियों का दिल छोटा हो जाता है, हाथ बाँटते समय काँपने लग जाता है, छिपा-चुरा कर खाने का भाव बढ़ जाता है, तो घर की लक्ष्मी का नाश होकर गरीबी और भुखमरी का राज्य हो जाता है। हाथ खुला रखने से ही लक्ष्मी का दर्वाजा खुलता है। और मुट्ठी बंद रखने से लक्ष्मी का दर्वाजा बंद हो जाता है। हाथ खुला रखने की आदत डालो।

बहुत सी लड़कियाँ बड़ी भुक्खड़ होती हैं। जब कभी पिता, भाई, या कोई रिश्तेदार घर में खाने पीने की चीज लाता है, तो भुक्खड़ लड़कियाँ पीछे पड़ जाती हैं। पहले भाग

कर माँगना, अपने हिस्से से ज्यादा माँगना, न मिलने पर रोना, चिल्लाना, लड़ना, झगड़ना, गाली देना—बहुत खराब बात है। मन में सन्तोष रखना चाहिए। जब सब भाई बहिनों को चीज़ बाँटी जाय, तभी लेनी चाहिए। और अपना हिस्सा लेकर भी सबको बाँट कर या लेने के लिए कहकर ही खाना चाहिए।

जब कभी पाठशाला मे अथवा घर मे कोई खाने की चीज़ मोल लो, तो सबके सामने अकेली मत खाओ। खाने से पहले साथ की लड़कियो को भी खाने के लिए आग्रह करो। बहुतसी लड़कियाँ सोचा करती है कि—"जब दूसरी लड़कियाँ हमें नही देती, हम ही क्यो उन्हें दे ?" यह सोचना ठीक नहीं है। तुम अपना फर्ज अदा करो। अपनी वे जाने। तुम क्यों ऐसी छोटी बात खयाल मे लाती हो ?

हाँ पाठशाला में जब कभी कोई गरीब घर की लड़की खड़ी हो तब तो तुम्हें भूलकर भी अपने आप नही खाना चाहिए। जो चीज़ खरीदो, या खाओ, बड़े आदर के साथ बहन जी कहकर उसे भी खाने को दो। बहुत सी लड़कियाँ, गरीब लड़कियों को चिड़ाने के लिए दिखा-दिखा कर खाया करती है—यह आदत बड़ी खराब है। ऐसा करने से उसके दिल का कितना दुःख होता होगा, जरा विचार करो। तुम्हारे पास धन है, तो वह दूसरों की मदद करने के लिए है, न कि उन्हें चिड़ाने के लिए। अन्न पूर्णा देवी बनो।

---

# तीन बात

तीन बातों से यश बढ़ता है :—

१—अपनी प्रशंसा न करना।

२—शत्रु की भी निन्दा न करना।

३—दूसरों का दुःख दूर करना।

❀ ❀ ❀

तीन साधन मोक्ष के हैं :—

१—सम्यग्दर्शन = सच्ची श्रद्धा।

२—सम्यग्ज्ञान = सच्चा ज्ञान।

३—सम्यक्चारित्र = सच्चा आचरण।

❀ ❀ ❀

तीन लक्षण जैन मुनि के हैं।

१—मनो गुप्ति, मन का संयम।

२—वचन गुप्ति, वचन का संयम।

३—काय गुप्ति, शरीर का संयम।

❀ ❀ ❀

तीन से सदा बचो –

१ – अपनी प्रशंसा से

२ – दूसरों की निन्दा से।

३—दूसरों के दोष देखने से।

❀ ❀ ❀

तीन लक्षण मनुष्यता के हैं :—

१—संकट मे घबराना नहीं।

२—याचक को 'ना' करना नहीं।
३—दुखी से कड़ुवा बोलना नहीं।

❀ ❀ ❀

तीन आँसू पवित्र हैं :—
१—प्रेम के।
२—करुणा के।
३—सहानुभूति के।

❀ ❀ ❀

तीन आँसू अपवित्र हैं :—
१—शोक के।
२—क्रोध के।
३—दंभ के।

❀ ❀ ❀

तीन बातें भूल जाओ :—
१—अपने द्वारा किया हुआ किसी का उपकार।
२—दूसरे के द्वारा किया हुआ अपकार।
३—धन मान आदि के कारण अपना सत्कार

❀ ❀ ❀

तीन प्रकार के वचन बोलो :—
१—सत्य।
२—हित।
३—मधुर।

---

: ३१ :

## चार बात

चार प्रकृतियाँ सत्यवादी की हैं:—

१—अपना वचन पूरा करना।

२—अपना देना लेना साफ रखना।

३—सोच विचार कर बोलना।

४—अधिक बातें न करना।

❀ ❀ ❀ ❀

चार प्रकृतियाँ मिथ्या वादी की हैं:—

१—झूठी सौगन्ध खाना।

२—भरोसा देकर काम न करना।

३—आप्त पुरुषों पर श्रद्धा न रखना।

४—झूठी गवाही देना।

❀ ❀ ❀ ❀

चार प्रकृतियाँ मुमुक्षुओं की हैं:—

१—सत्यवादी, प्रियवादी होना।

२—संसार को असार समझना।

३—गुणी जनों का सत्कार करना।

४—सुख दुःख में समान रहना।

❀ ❀ ❀ ❀

चार प्रकृतियाँ निर्धन होने की हैं:—

१—आलसी होना।

२—मूर्ख होना।

३—आय से अधिक खर्च करना।

४—अपने को बड़ा समझना ।

❀ ❀ ❀ ❀

चार प्रकृतियाँ पशुओं की हैं:—

१—अधिक भोजन करना ।

२—विना कारण झगड़ना ।

३—बड़ों का आदर न करना ।

४—नीच शब्द बोलना ।

❀ ❀ ❀ ❀

चार प्रकृतियाँ बहुत अच्छी हैं:—

१—किसी से कभी कुछ न माँगना ।

२—उदार हृदय रहना ।

३—निर्लज्ज न होना ।

४—अपने हिस्से का भोजन भी बाँट कर खाना ।

❀ ❀ ❀ ❀

चार प्रकृतियाँ अज्ञानता की हैं:—

१—साधु संतों की हँसी करना ।

२—सभा में अनधिकार बैठना ।

३—वृथा वाद-विवाद करना !

४—छोटे बड़े का ध्यान न रख कर मनमाना बकना ।

❀ ❀ ❀ ❀

चार प्रकृतियाँ विनीत की हैं:—

१—सज्जनों का आदर करना ।

२—मनुष्य मात्र से प्रेम करना ।

३—दीनों पर दया करना ।

४—विद्वानों का सत्संग करना ।

## सन्मति ज्ञान-पीठ के अमर प्रकाशन

- ❀ सत्य हरिश्चन्द्र ( काव्य )
- ❀ श्रमण सूत्र
- ❀ सामायिक सूत्र ( सभाष्य-सविवेचन )
- ❀ भक्तामर स्तोत्र ( सटीक )
- ❀ कल्याण मन्दिर स्तोत्र ( सटीक )
- ❀ जैन कन्या शिक्षा ( ४ भागों में )
- ❀ सोलह सती
- ❀ उज्ज्वल वाणी भाग १—२
- ❀ दिव्य ज्योति
- ❀ जैनत्व की झांकी
- ❀ मंगल वाणी
- ❀ तीन बात
- ❀ संगीतिका
- ❀ काँटों के राही
- ❀ भारतीय संस्कृति की दो धाराएँ

सन्मति ज्ञान-पीठ, लोहा मण्डी
आगरा

